

**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DEPRESYON DÜZEYİ İLE İKİLİ  
İLİŞKİ UYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİDE BAĞLANMA STİLLERİNİN  
ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Narmin ATAKHANLI**

**Psikoloji Anabilim Dalı**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**OCAK 2022**

**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DEPRESYON DÜZEYİ İLE İKİLİ  
İLİŞKİ UYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİDE BAĞLANMA STİLLERİNİN  
ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Narmin ATAKHANLI**

**Psikoloji Anabilim Dalı**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi. Neşe SARUHAN**

**OCAK 2022**



**T.C.**  
**İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ**

**Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi**

Enstitümüz, Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı 191287061 numaralı öğrencisi Narmin ATAKHANLI'ın “Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi İle İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracı Rolünün İncelenmesi” adlı tez çalışması 12/01/2022 tarihinde yapılan tez savunma sınavında aşağıdaki jüri tarafından *Oy Birliği* ile Yüksek Lisans tezi olarak *Kabul* edilmiştir.

**Öğretim Üyesi Adı Soyadı**

- 1) **Tez Danışmanı:** Dr. Öğr. Üyesi Neşe SARUHAN
- 2) **Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Nurgül YAVUZER
- 3) **Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN

## YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunmuş olduğum, “Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi İle İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracı Rolünün İncelenmesi” isimli tezin, proje safhasından sonuçlanmasına kadarki tüm süreçlerde bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, yararlandığım eserlerin kaynakca’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (12.01.2022)

Narmin ATAKHANLI



## ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitiminin tez çalışmasıyla birlikte sonuna gelmiş bulunmaktayım. Bu zor ve yorucu olan tez döneminde bilgi birikimini sunan, yardımlarını eksik etmeyen değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Neşe SARUHAN'a sonsuz sevgi ve teşekkürlerimi sunarım.

Lisansüstü eğitimin sürecince emek ve desteklerini eksik etmeyen, tüm bölüm hocalarıma teşekkürlerimi sunarım.

Lisansüstü eğitimim süresince süpervizyon çalışmalarında bilgi ve deneyimlerinden yararlandığım çok değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Emine Umur YILDIZ TANYERİ'ne teşekkürlerimi sunarım.

Değerli hocam Dr. Öğr. Üyesi Nurgül YAVUZER hocama ve Dr. Öğr. Üyesi Selçuk ASLAN hocama hayatımın en heyecanlı ve özel günümde jüri üyeliğimi kabul ettikleri ve değerli görüşlerini sundukları için sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Hayatımın her döneminde desteklerini ve sevgilerini hissettiğim anne ve babama teşekkürlerimi sunarım. Bu zorlu süreç boyunca yanımda olan, beni her zaman destekleyen arkadaşlarım ve sevgili ailem iyi ki varsınız. Tezimin analizler kısmında göstermiş olduğu destek ve yardımları için Lucas Waldron'a derin teşekkürlerimi sunarım. Son olarak başardığım her şeyin altında imzası olan, bana her konuda inanan ve psikolog olmamda en büyük destekçim olan anneme sevgi ve teşekkürlerimi iletir, çalışmamı anneme ithaf ederim.

OCAK 2022

Narmin Atakhanlı

Psikolog

## İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>iv</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>v</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>ÇİZELGE LİSTESİ</b> .....	<b>ix</b>
<b>ŞEKİL LİSTESİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>xii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xiii</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
1.1 Araştırmanın Amacı ve Önemi .....	3
1.2. Araştırmanın Önemi .....	4
1.2 Sayıtlar.....	4
1.3 Sınırlılıklar .....	4
1.4 Tanımlar.....	5
<b>2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR</b> .....	<b>6</b>
2.1. Depresyon .....	6
2.1.1. Depresyonun Epidemiyolojisi .....	7
2.1.2. Depresyonu Açıklayan Kuramlar .....	9
2.1.2.1. Bilişsel Davranıcı Kuram .....	9
2.1.2.2. Psikanalitik Kuram .....	11
2.1.2.3. Varoluşçu Kuram.....	12
2.2. Bağlanma .....	13
2.2.1. Bağlanma Kuramı.....	13
2.2.2. Bağlanma Stilleri .....	14
2.2.3. Yetişkin Bağlanması ile İlgili Yapılan Çalışmalar .....	16
2.3. İkili İlişkiler .....	19
2.3.1. İkili İlişkilere İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar.....	19
2.3.2. İkili ilişki uyumu .....	20
2.3.3. İkili İlişkiler ile İlgili Yapılan Çalışmalar .....	21
2.4. Depresyon, Bağlanma stilleri ve İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkiye Ait Literatür Bilgisi.....	23
2.4.1. Depresyon İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait yapılmış çalışmalar .....	23
2.4.2. Depresyon İle İkili İlişki Arasındaki İlişkiye Ait yapılmış Çalışmalar ....	24
2.4.3. Bağlanma İle İkili İlişki Arasındaki İlişkiye Ait yapılmış çalışmalar .....	25
<b>3. YÖNTEM</b> .....	<b>27</b>
3.1 Araştırmanın Modeli .....	27
3.2. Araştırmanın Örneklemi .....	27
3.3. Veri Toplama Araçları.....	28
3.3.1. Sosyo-Demografik bilgi formu .....	28
3.3.2. Çok Boyutlu İlişki Ölçeği .....	28
3.3.3. İlişki Ölçekleri Anketi .....	29
3.3.4. Beck Depresyon Ölçeği .....	30

3.4. Yapılacak Analizlere İlişkin Bilgiler.....	31
3.4.1. Veri Analiz Teknikleri.....	31
<b>4. BULGULAR.....</b>	<b>32</b>
4.1. Katılımcıların Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı ve Değişkenlerin Güvenirlilik Katsayıları.....	32
4.2. Ölçeklerin Açımlayıcı faktör analiz bulguları .....	33
4.2.1. Beck depresyon ölçeğinin Açımlayıcı faktör analizi.....	33
4.2. Ölçeklerin Açımlayıcı faktör analiz bulguları .....	36
4.2.2. Çok Boyutlu ilişki ölçeğinin Açımlayıcı faktör analizi .....	36
4.2. Ölçeklerin Açımlayıcı faktör analiz bulguları .....	39
4.2.3 İlişki ölçekleri anketinin Açımlayıcı faktör analizi .....	39
4.3. Araştırma Verilerinin Parametrik İstatistik Yöntemlerine Uygunluğunun Sınanması .....	41
4.3.1. Beck depresyon ölçeğinin alt boyutlarının normallik analizi .....	41
4.3.2. Çok Boyutlu ilişki ölçeğinin alt boyutlarının normallik analizi.....	42
4.3.3. İlişki ölçekleri anketinin alt boyutlarının normallik analizi.....	43
4.4. Beck depresyon ölçeğinin sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesi.....	43
4.4.1. Beck depresyon ölçeği ile cinsiyet arasındaki ilişkinin incelenmesi.....	43
4.4.2. Beck depresyon ölçeği ile eğitim durumu ile ilişkinin incelenmesi.....	44
4.4.3. Beck depresyon ölçeği ile medeni durumu arasındaki ilişkinin incelenmesi .....	45
4.5. Çok Boyutlu ilişki ölçeğinin Sosyo-Demografik Değişkenler ile İlişkilere Dair Bulgular .....	46
4.5.1. Çok boyutlu ilişki ölçeğinin cinsiyet ile ilişkinin incelenmesi .....	46
4.5.2. Çok boyutlu ilişki ölçeğinin medeni durumu ile ilişkinin incelenmesi ....	46
4.5.3. Çok boyutlu ilişki ölçeğinin eğitim durumu ile ilişkinin incelenmesi.....	48
4.6. İlişki ölçekleri anketi ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular .....	49
4.6.1. İlişki ölçekleri anketinin cinsiyet ile ilişkinin incelenmesi .....	49
4.6.2. İlişki ölçekleri anketinin medeni durum ile ilişkinin incelenmesi .....	49
4.6.3. İlişki ölçekleri anketinin eğitim durum ile ilişkinin incelenmesi .....	50
4.7. Depresyon düzeyinin, İkili ilişki uyumuna ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Bulgularının İncelenmesi .....	51
4.8. Depresyon düzeyi, İkili İlişki Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. ....	53
4.8.1. Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyinin İkili İlişki Uyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesine dair Regresyon Analizi .....	53
4.8.2. Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyinin Bağlanma Stilleri üzerindeki Etkisinin İncelenmesi .....	53
4.8.3. Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolünün incelenmesi .....	54
<b>5. TARTIŞMA.....</b>	<b>57</b>
5.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri Bağlamında Analizlere İlişkin Tartışmanın Yapılması .....	57
5.2. “Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi İle İkili İlişki Uyumu Arasında Anlamlı İlişki Vardır” Hipotezinine Dair Tartışmanın Yapılması. ....	60
5.3. “Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi İle Bağlanma Stilleri Arasında Anlamlı İlişki Vardır” Hipotezine Dair Tartışmanın Yapılması .....	61

5.4. “Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü oynamaktadır.” Hipotezine dair tartışmanın yapılması.....	63
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>	<b>65</b>
<b>KAYNAKLAR .....</b>	<b>67</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>72</b>
<b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>	<b>84</b>





## KISALTMALAR

<b>APA</b>	: Amerika Psikiyatri Birliği
<b>BDÖ</b>	: Beck Depresyon Ölçeği
<b>ÇBİÖ</b>	: Çok Boyutlu İlişki Ölçeği
<b>İÖA</b>	: İlişki Ölçekleri Anketi
<b>DSM</b>	: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders. Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
<b>WHO</b>	: Dünya Sağlık Örgütü



## ÇİZELGE LİSTESİ

### Sayfa

<b>Çizelge 4.1:</b> Sosyodemografik Bilgilere İlişkin Yüzde Dağılımı Sonuçları.....	32
<b>Çizelge 4.2:</b> Depresyon Düzeyine İlişkin Beck Depresyon Ölçeğinin Faktör Analizi Sonuçları: Faktör Analizin KMO ve Bartlett Testi Sonuçları.....	33
<b>Çizelge 4.3:</b> Depresyon düzeyine ilişkin Beck Depresyon ölçeğinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizinin toplam varyans değerleri.....	34
<b>Çizelge 4.4:</b> Depresyon Düzeyine İlişkin Beck Depresyon Ölçeğinin Faktör Analizi Sonuçları, Faktör Analizi Sonuç Elde Edilen Alt Boyutlar Ve Faktör Yükleri. ....	34
<b>Çizelge 4.5:</b> İkili İlişki uyumuna ilişkin Çok Boyutlu İlişki Ölçeği Anketinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizinin KMO ve Bartlett testi sonuçları .....	36
<b>Çizelge 4.6:</b> İkili İlişki uyumuna ilişkin Çok Boyutlu İlişki Ölçeği Anketinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizinin toplam varyans değerleri .....	36
<b>Çizelge 4.7:</b> İkili İlişki uyumuna ilişkin Çok Boyutlu İlişki Ölçeği Anketinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizi sonucu elde edilen alt boyutlar ve faktör yükleri. ....	37
<b>Çizelge 4.8:</b> Bağlanma Stillerine İlişkin İlişki Ölçekleri Anketinin Faktör Analizi Sonuçları. Faktör Analizin KMO ve Bartlett Testi Sonuçları.....	39
<b>Çizelge 4.9:</b> Bağlanma Stillerine İlişkin İlişki Ölçekleri Anketinin Faktör Analizi Sonuçları. Faktör Analizinin Toplam Varyans Değerleri .....	40
<b>Çizelge 4.10:</b> Bağlanma Stillerine İlişkin İlişki Ölçekleri Anketinin Faktör Analizi Sonuçları. Faktör Analizi Sonuç Elde Edilen Alt Boyutlar Ve Faktör Yükleri .....	40
<b>Çizelge 4.11:</b> Beck Depresyon Ölçeğinin Alt Boyutlarının Normallik Varsayımının İncelenmesi.....	41
<b>Çizelge 4.12:</b> Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Alt Boyutlarının Normallik Varsayımının İncelenmesi.....	42
<b>Çizelge 4.13:</b> İlişki Ölçekleri Anketinin Alt Boyutlarının Normallik Varsayımının İncelenmesi.....	43
<b>Çizelge 4.14:</b> Beck Depresyon Ölçeğinin Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları.....	43
<b>Çizelge 4.15:</b> Beck Depresyon Ölçeğinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi.....	44
<b>Çizelge 4.16:</b> Beck Depresyon Ölçeğinin Medeni Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi.....	45
<b>Çizelge 4.17:</b> Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu ...	46
<b>Çizelge 4.18:</b> Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Medeni Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi.....	46
<b>Çizelge 4.19:</b> Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi Sonuçları.....	48
<b>Çizelge 4.20:</b> İlişki Ölçekleri Anketi Ölçeğinin Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu .....	49

<b>Çizelge 4.21:</b> İlişki Ölçekleri Anketi Ölçeğinin Medeni Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi.....	49
<b>Çizelge 4.22:</b> İlişki Ölçekleri Anketi Ölçeğinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi Sonuçları.....	50
<b>Çizelge 4.23:</b> Depresyon Düzeyi, İkili İlişki Uyumu Ve Bağlanma Stillerinden Alınan Puanlara İlişkin Pearson Korelasyon Analizi Bulguları.....	51
<b>Çizelge 4.24:</b> Depresyon Düzeyinin ile İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelendiği Regresyon Analizi Sonuçları .....	53
<b>Çizelge 4.25:</b> Depresyon Düzeyinin Bağlanma Stillerinin Üzerindeki Etkisinin İncelenmesine dair Regresyon Analizi Sonuçları.....	53
<b>Çizelge 4.26:</b> Depresyon Düzeyinin İkili İlişki Uyumu Üzerindeki Etkisinde Bağlanmanın Aracı Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları.....	54



## ŞEKİL LİSTESİ

	<b>Sayfa</b>
<b>Şekil 2.1:</b> Bartholomew ve Horowitzin Bağlanma Stilleri Şeması .....	15
<b>Şekil 3.1:</b> Değişkenlere ilişkin Model Şeması .....	27
<b>Şekil 4.1:</b> Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi İle İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillerinin Aracı Rolüne İlişkin Model Şeması .....	54
<b>Şekil 4.2:</b> Hipotezlerin onaylanmasına dair kurulan grafik .....	55

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE DEPRESYON DÜZEYİ İLE İKİLİ İLİŞKİ UYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİDE BAĞLANMA STİLLERİNİN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

## ÖZET

Bu çalışmanın amacı Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyinin ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolünün incelenmesidir. Araştırma örneklemini Türkiyede İstanbul ilinde yaşayan 18-40 yaş aralığında olan 223 kadın ve 173 erkek katılımcı olmak üzere toplam 396 birey katılmıştır.

Araştırmada Kişisel bilgi formu, Çok boyutlu ilişki Ölçeği (ÇBİÖ), İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA) ve Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) kullanılmıştır. Araştırma verileri SPSS 22.0 programı ile analiz edilmiştir. Analizlerde her bir ölçek için açımlayıcı faktör analizi, bağımsız t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), pearson korelasyon analizi, regresyon, hiyerarşik regresyon ve aracı değişkenin anlamlılığını test etmek için sobel testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, Depresyon ölçeği ile Çok boyutlu ilişki ölçeği arasında pozitif yönlü anlamlı, depresyon ölçeği ile ilişki ölçekleri anketi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumunda bağlanma stillerinin aracı etkisine dair yapılan hiyerarşik analiz sonucunda bağlanma stillerinin anlamlı bir kısmı rolü sahip olduğu incelenmiştir. Aynı zamanda aracı etkinin anlamlılığı sobel testi ile onaylanmıştır. Ölçekler için yapılan faktör analizlerinde, Beck depresyon ölçeği somatik, bilişsel, negatif öz tutum, kendini suçlama ve performans güçlüğü olmak üzere 5 boyut ve 17 madde, Çok boyutlu ilişki ölçeği için ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, kendine güven, ilişki girişkenliği, içsel ilişki kontrolü, dışsal ilişki kontrolü, ilişki doyumu ve ilişki korkusu/kaygısı olmak üzere 8 altboyut ve 38 madde, İlişki ölçekleri anketi için güvenli, kayıtsız, korkulu ve saplantılı olmak üzere 4 alt boyut ve 21 madde saptanmıştır.

Depresyon negatif öz tutum ve kendine güven alt boyutları medeni duruma göre anlamlı, Çok boyutlu ilişki ölçeğinde kendine güven alt boyutu ilr cinsiyet arasında anlamlı, ilişki ölçeği anketi korkulu alt boyutu ile eğitim durumu arasında anlamlı farklılaşma olduğu bulgulanmıştır. Korelasyon analizi sonucu, çok boyutu ilişki ölçeğinin ilişkide kendine güven, ilişki izlenimi ayarlama ve ilişki doyumu alt boyutları ile depresyon arasında negatif yönlü anlamlı ilişki, ilişki korkusu/kaygısı ile depresyon arasında anlamlı ilişki, saplantılı bağlanma ile negatif yönlü ilişki olduğu incelenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** *Depresyon, İkili ilişki uyumu, Bağlanma stilleri*

# INVESTIGATION OF THE INSTRUMENT ROLE OF ATTACHMENT STYLES IN THE RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSION LEVEL AND DYADIC ADJUSTMENT AMONG UNIVERSITY STUDENTS

## ABSTRACT

The aim of this study is to examine the mediating role of attachment styles in the relationship between depression level and dyadic relationship adjustment in university students. A total of 396 individuals, 223 female and 173 male participants, aged between 18-40 and living in the province of Istanbul in Turkey, participated in the research sample.

Personal information form, Multidimensional Relationship Scale (MCI), Relationship Scales Questionnaire (PSA), and Beck Depression Inventory (BDI) were used in the study. Research data were analyzed with SPSS 22.0 program. In the analyzes, exploratory factor analysis, independent t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), pearson correlation analysis, regression, hierarchical regression, and Sobel test was used to test the significance of the mediator variable for each scale. As a result of the research, it was determined that there was a positive relationship between the depression scale and the multidimensional relationship scale, and a negative relationship between the depression scale and the relationship scales questionnaire. As a result of the hierarchical analysis of the mediating effect of attachment styles on depression level and dyadic relationship adjustment, it was examined that attachment styles had a significant partial role. At the same time, the significance of the mediating effect was confirmed by the Sobel test. In the factor analyzes for the scales, the Beck Depression Scale has 5 dimensions and 17 items including somatic, cognitive, negative self-incrimination, self-blame, and performance difficulty. The Multidimensional Relationship Scale has 8 sub-dimensions and 38 items as external relationship control, relationship satisfaction, and relationship fear/anxiety. Relationship Scales Questionnaire has 4 sub-dimensions and 21 items as secure, apathetic, fearful, and obsessive.

It was found that depression, negative self-attitude and self-confidence sub-dimensions were significant according to marital status, there was a significant difference between the self-confidence sub-dimension and gender in the multidimensional relationship scale, and there was a significant difference between the fearful sub-dimension of the relationship scale questionnaire and the educational status. As a result of the correlation analysis, it was examined that there was a negative relationship between depression, relationship fear/anxiety and depression, and a negative relationship with preoccupied attachment.

**Keywords:** *Depression, Dyadic Adjustment, Attachment style*

## 1. GİRİŞ

Depresyon tüm Dünya’da ve Türkiye’de yaygın bir hastalıktır. Gelişmiş ülkeler de dahil olma üzere tüm dünyada çeşitli belirtileri ile birlikte görülmektedir (APA, 2013). Depresyon duygudurum bozuklukları içerisinde duygusal anlamda çökkünlüğe neden olan, duygusal ve yaşamsal aktivede azalma belirtileri ile bilinen psikiyatrik rahatsızlıktır. Depresyon sözcüğünün kökenine bakıldığında latince den gelmekte olup “alçakta olmak ve bastırmak” manasını vermektedir (Çelik ve ark, 2016). Türkiye örneğinde depresyon tüm tıbbi hastalıklar arasında, iş ve sosyal yaşamı etkilemesi ve oluşturduğu olumsuz duygular nedeniyle dördüncü sırada yer almaktadır (İşık ve Taner, 2013).

Depresyon kişinin yaşadığı dünyayı algılamasını değiştiren ve olumsuz davranışlarına neden olan sürekli bir duygu durum bozukluğu olduğu ifade edilmektedir (Karamustafaoğlu ve Yumukçal, 2011). Alınan zevk ve ilgi azlığı, çökkün duygudurum, özgüven azalması, suçluluk duyguları, karamsarlık durumu, uyku düzeninde bozulma, iştah değişiklikleri ve libido azalması gibi belirtiler kişinin günlük yaşamına büyük ölçüde etkilemektedir. Sosyal ve mesleki işlev bozulması durumunda kişilerarası ilişkilerde iletişimi olumsuz yönde etkilemektedir (APA, 2013).

Depresyon geçmişten bu günümüze kadar birçok çalışmalarda, araştırma ve makalelerde ilişkili olduğu düşünülen hastalıklarla birlikte ele alınmıştır. Depresyon bireyde çeşitli rahatsızlıklarla birlikte görülebilmektedir (Türkçapar, 2004). Anksiyete, uyku bozukluğu, suçluluk duyguları, kaygı bozukluğu ve başka diğer rahatsızlıkları da depresyonla birlikte görülmektedir.

İnsanlar yalnız yaşamaya alışmamış ve hayatı boyu karşı tarafla ilişki ve yakınlık bekleyen canlılardır. İkili ilişkiler kişinin diğerine duyduğu bir duygu veya yakınlıktır (Atak ve Taştan, 2012). Diğer bir deyimle, kişinin partneriyle birbirlerine duydukları karşılıklı duyguları ve anlayış göstermeleri yakın ilişiyi sosyal ilişkilerin en önemli parçası haline getiriyor (Durmuşoğlu ve Doğru, 2006). Diğer kişiyle

kurulan ilişki ile beraber sevgi, saygı ve güven gibi duygular da ilişkinin içeriğini zenginleştirmektedir (Sternberg, 1999). Hem yurtdışı hem de Türkiye’de yapılan çalışmalarda sıkça ele alınan ikili ilişkiler (yakın ilişkiler) konusu psikopatolojik rahatsızlıklarla ilişkilendirilmiş ve anlamlı sonuçlar bulunmuştur (Atak ve Taştan, 2012).

Depresyonla ilgili çoğu görgül çalışmalarda bağlanma kuramı açısından da açıklamaları yapılmıştır (Tuncer, 1999). Kaygılı ve kaçınmacı bağlanma biçimine sahip bireylerin depresyon düzeyleri arasında pozitif korelasyon olduğu incelenmiştir (Carton, Cortes, 2015). Bireyin çocukluk dönemi deneyimmediği geçmiş ilişkileri gelecek dönem kuracağı ilişkilerin temelini oluşturmaktadır (Nicholas, 2005; akt. Canel, 2007). Bağlanma kuramına göre çocuk anne ile iletişimde çalışan içsel modeller psikopatolojilerin oluşumunu etkilemektedir. Çocuğun dünya ve kendisi ile ilgili algılama biçimini ve gelişimini etkileyen depresyon bu patolojiler arasında yer almaktadır (İşık, 2013). Yapılan çalışmalar gösteriyor ki, kişinin bağlanma şekli onun ruhsal rahatsızlıkları ile yakın ilişkilidir (Çalışır, 2009).

Kişilerarası ilişkiler insan yaşamında büyük bir parçaya sahiptir. Davila’ya göre depresyon kişilerarası ilişkilerde birçok zorluklar yaratmaktadır (Davila, 2001; Segrin ve Abramson, 1994; Segrin, Powell, Givertz ve Brackin, 2003). İkili ilişkilerde partnerlerin ilişki girişkenliği, doyumu, ilişki izlenimi ayarlama, ilişkide kendine güven, dışsal-içsel ilişki kontrolü ve diğerleri yakın ilişkileri karakterize eden özelliklerdir (Kelley, 1983; Kelley ve Thibaut, 1978). Bodenmann ve Randall (2008) partnerin ilişki öncesinde veya sonrasında geçirdiği depresyonun doğrudan bu özellikleri etkilediğini ve çeşitli sorunlar yarattığını incelemiştir. Bodenmann ve Randall’a (2008) göre depresyon ikili ilişkilerin doğasını gösteren bir “biz-hastalığı”dır (Bodenmann ve Randall, 2008). Davilla (2015) ise ikili ilişki kalıplarının depresyon ve yakın ilişkide sorunları ortaya çıkaran önemli etken olduğunu ifade etmektedir (Sharabi, Delaney ve Knobloch, 2015). Bununla birlikte, literatürde ilişki sürecinde partnerlerin depresyonu nasıl yaşadıkları konusunda çok az bilgi bulunmaktadır. Çalışmamız, depresyonun ikili ilişkileri nasıl etkilediğine dair bilimsel makaleleri ve araştırmaları inceleyerek ele almaktadır.

Literatüre bakıldığında Türkiyede ve yurt dışında depresyon, ikili ilişkiler, bağlanma stilleri üzerine çalışmalar yapılsa da fakat, öğrenciler üzerinde bu üç kavramın ilişkilerinin ele alınmadığı gözlenmiştir. Bu nedenle kavramların ilişkilendirilmesi



literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyinin var olan ilişkilerine nasıl bir etki oluşturacağı ve ne derecede etki edebileceği sorularının yanıtı öğrencilerde ilişki uyumunu kurabilmelerinde farklı bir bakış açısı sağlayacağı düşünülmektedir.

## 1.1 Araştırmanın Amacı ve Önemi

Araştırmanın ilk amacı üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Öğrencilerde depresyonun ilişki girişkenliği, doyumu, ilişki izlenimi ayarlama, ilişkide kendine güven, dışsal ve içsel ilişki kontrolü üzerinde ne kadar etkili olması araştırma için merak edilen bir konudur. Çalışmanın ikinci amacı ise depresyon düzeyi ile ilişki uyumu arasında bağlanma stillerinin aracı rolünün etkisini araştırmaktır.

Araştırmanın amacın yönelik hazırlanan hipotezler aşağıda verilmiştir:

**Hipotez 1:** Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasında anlamlı ilişki vardır.

**Hipotez 2:** Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişki vardır.

**Hipotez 3:** Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü oynamaktadır.

Araştırmanın alt soruları ise şunlardır:

1. Öğrenci katılımcıların depresyon düzeyleri yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
2. Öğrenci katılımcıların ikili ilişki uyumu yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumuna göre farklılaşmakta mıdır?
3. Öğrenci katılımcıların bağlanma stilleri yaş, cinsiyet, medeni durum ve eğitim durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

## 1.2. Araştırmanın Önemi

Depresyon sağlık bakımından batıda ve doğuda yaygınlığına göre dikkat çekilen bir hastalıktır. Bir çok araştırmalarda farklı kavramlarla tanımlanmıştır. Depresyonda olan kişiler için biopsikososyal faktörler birçok nedenleri kendinde barındırmaktadır. Yapılacak çalışmada ise depresyon ikili ilişki uyumu ve bağlanma stilleri üzerinden değerlendirilecektir.

Depresyon ikili ilişki görüşüne karşın, bu araştırmada depresyon ile ilişkide güven, ilişki girişkenliği, ilişki izlenimi ayarlama, içsel ve dışsal ilişki kontrolü gibi özellikler ile ilişkisi ele alınacaktır.

Türkiyede yapılmış birçok araştırmalarda ve yapılan tezlerde depresyon konusu evli bireylerde, ebeveynlerde ve çocuklar üzerinde ele alındığı görülmektedir. Bu tez çalışmasında ise üniversitede eğitim gören bireylerin depresyon düzeyi ile yakın ilişkiler ve değişkenler arasında bağlanma stillerinin moderatör rolünün etkisi incelenecektir.

## 1.2 Sayıtlar

Araştırmadaki sayıtlar aşağıdaki şekilde verilmiştir.

1. Depresyon düzeyi, ikili ilişki uyumu ve bağlanma stilleri ölçülebilmektedir.
2. Araştırmanın örneklemini araştırmanın evrenini temsil etmektedir.
3. Katılımcıların katılması beklenen çalışmaya kendi istekleriyle dahil edilmiş ve tüm samimiyetleri ile veri toplama araçlarındaki soruları cevaplamışlardır.

## 1.3 Sınırlılıklar

Araştırmadaki sınırlılıklar aşağıda yazıldığı şekildedir.

1. Araştırma evreni, Türkiyede yaşayan 18 yaş üstü yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Bir devlet ya da özel üniversitede eğitim gören öğrenci grubu araştırmanın evreni olarak değerlendirilmiştir. Araştırmanın örneklemini? Türkiyede yaşayan 18 – 40 aralığındaki yetişkinlerden gönüllülük esas alınarak oluşturulmuştur. Yapılacak örneklem hesabı ile elde edilecek katılımcı sayısına

ulaşılmaya çalışılacaktır. Örneklem hesabında rasgele örneklem yöntemi kullanılmıştır.

2. Araştırmanın rneklemi 396 niversite eğitimine devam etmekte olan öğrencilerden oluşturulmaktadır.

3. Bu araştırma sadece anket uygulamasının yapılacağı üniversitede eğitim görmekte olan öğrencileri için geçerlidir.

#### **1.4 Tanımlar**

Depresyon: Sevilen bir nesnenin kaybı sebebiyle gelişen, sonrasında ise üzüntü ve ilgi kaybıyla devam eden bir duygu durum bozukluğu olarak tanımlanmaktadır. Bununla beraber biyolojik, psikolojik ve genetik etkenlerin de sebep olduğu ifade edilmektedir (Blatt, 1998).

İkili İlişkiler: İkili ilişki veya yakın ilişkiler kavramı kişinin fiziksel, duygusal ve bilişsel ihtiyacının ödenebilmesi nedeniyle diğer kişiyle bağ kurmasıdır. Bakım ve korumaya ihtiyaç duyan birey yakın olduğu kişi tarafından desteklenmeyi beklemektedir ve ilişkide uyum sağlanmak önemli etkenler olduğu vurgulanmıştır (Flavell,1985).

Bağlanma: Bağlanma kavramı bireyin çocukluk döneminde bakım vereni ile arasındaki sevgi, şefkat ve diğer ihtiyaçlarının karşılanması durumunda oluşan bağ olarak tanımlanmaktadır (Bowlby, 1950). Bu bağ veya ilişki bireyin yetişkinlik döneminde diğer kişilerle kurduğu etkileşimde son derece önemli yol gösterici bir kavramdır (Main & Cassidy,1988).

## 2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Araştırmanın bu bölümünde depresyon, ikili ilişkiler ve bağlanma kavramlarına dair literatür bilgileri ve bu alanda yapılmış çalışmalar yer almaktadır.

### 2.1. Depresyon

Depresyon bireyin duygu, düşünce ve davranışlarını olumsuz yönde etkileyen ve günlük yaşamında çeşitli duygusal ve fiziksel sorunlara neden olan bir tıbbi hastalıktır. Depresyonun kişinin hayatına ve yaşamına etki eden esas etkenlerin biyokimyasal etkeni, genetik etkeni, kişilik etkeni ve çevresel faktörler olduğu DSM-5'e göre tespit edilmiştir (APA, 2013). Depresyonun birçok anlatımı ve teorisi olmakla birlikte kişinin oluşabilecek olumsuz olaylara verebileceği tepki ve kendini savunmasını engelleyen bir psikolojik bozukluktur.

İkili ilişkilerde ilişki sorunları üzerine toplum örnekleminde birçok çalışmalar yapılmaktadır. Depresyon tanısı alan bireyler ile almayan bireylerin yakın ilişkilerinde ve evlilik doyumu konusunda yapılan çalışmada, depresyon tanısı alan bireylerin ilişkilerinde yeterli doyum ve memnuniyetin daha düşük olduğu ifade edilmiştir (Horwitz, Briggs, Gowan, Storfer-Isser ve Carter, 2007; Whisman, 2007).

Daha yakın tarihli çalışmalar ikili ilişki sorunları ile depresyon arasındaki ilişki bulgusunu çoğaltarak genişletmektedir. Bu çalışmalardan birinde depresif erkekler ve kadınlar ikili ilişkilerinin çoğu zaman sıkıntılı olduğunu ve ilişki uyumunda çeşitli sorunlarla baş etmek zorunda kaldıkları belirtilmiştir (Cummings ve Davies, 2002; Erel ve Burman, 1995; Krishnakumar ve Buehler, 2000).

Ayrıca ilişkinin sona ermesi hem erkek hem de kadın partnerlerde depresyon ve depresif belirtileri artırmakla beraber bireyin ebeveynleri ile kurdukları bağlanma şekli ile de önemli ölçüde ilişkilidir. Bireyin aile üyeleri ile bağlanma biçimi aileden birinin kaybı (ölümü) major depresyonda 9 kat, depresif belirtilerde ise 4 kat artışla ilişkili olduğu incelenmiştir. Bir çok analiz bulgularında, bireyin ebeveynleri ile

kurulan bağlanma stili ve uyumsuzluk depresyon modelinin doğal bir uzantısı olduğu ifade edilmiştir (Wade ve Pevalin, 2004).

İkili ilişkilerde oluşan sorunlar hem partnerlerarası uyumu hem de çocuklara yönelik ebeveynlik davranışlarını etkilemektedir. Son yıllarda Amerika Birleşik Devletlerinde yakın partner sorunları araştırma literatüründe büyük ilgi görmektedir (Jones, Beach ve Forehand, 2001). Sağlıklı aile ilişkilerinde partnerler ve ebeveynlerde düşük stres ve çatışma görülmektedir. Hem çocuk hem de ebeveynler zihinsel sağlık ve uyum konusunda bağlantılı şekildedir. Lakin sağlıksız aile ilişkilerinde, ebeveynlerin birbirlerine yüksek düzeyde stres yaratmaktadır (Cummings, Davies ve Campbell, 2000). Kişiler çocukluk dönemi kaygılı ve kaçınmacı bağlanma ilişkisi geliştirdiklerinde ebeveyn ve çocuk psikopatolojisinde hastalıkları artırabilmektedir. Dolayısıyla ebeveynlerin depresif belirtilere karşı savunmasını da azaltmaktadır (Booth ve Amato, 2001) Daha geniş literatürde bakacak olursak, depresyon ile partnerlerarası sorunlar arasında benzer ilişki örüntüsü vardır. Daha büyük yakın ilişki sorunları partnerler arasında daha fazla depresyon ile ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Booth ve Amato, 2001).

ABD’de yapılan diğer bir çalışmada ise ikili ilişki içerisinde olan kadınlardan ibaret 46 gözlemsel çalışma yapılmıştır. Depresif kadınların güvenilir bir şekilde içine kapanık davranışlar sergilediği ve partnerleri ile uyumsuz davranışları daha fazla kullandıkları incelenmiştir (Agnew ve South, 2014). İkili ilişki içerisinde olan bireyler anne ve babaları ile iletişim şekli, bağlanma biçimi, bireyin gençlik dönemi ve depresif semptomlara karşı savunmasızlığı partnerlerine karşı gelecekteki sorunlara yönelik riskler oluşturmaktadır. Öğrenci bireylerde ilişki uyumu konusunda çeşitli zorluklar yaşamaktadırlar ve bu alandaki sorunlar depresif belirtileri karşılıklı olarak etkilemektedir (Bifulco ve Figueiredo, 2009).

Tez konusu olan öğrenciler hayatın birçok alanında sıkıntı yaşayabilmektedir. Öğrenci bireyler partnerleri ile ilişkilerinde oluşan sorunlara ekonomik durumları, medeni durumları ve eğitim durumları da etkili olmaktadır.

### **2.1.1. Depresyonun Epidemiyolojisi**

Epidemiyoloji bir bilim dalı olarak tanımlanmaktadır. Toplumda sağlık ve hastalık süreçlerinin zamana ve yere göre dağılımını, nedenleri, belirleyicileri, tanısını, tedavi

yollarını ve nasıl önlenmesi gerektiğine dair yapılan araştırmaları inceleyen bir alan olduğu ifade edilmektedir (Doğan, 2011). Depresyon ve diğer ruh hastalıklarının yaygınlığı ve önlenmesi için yapılan çalışmalardan daha öteye geçerek, toplumsal yapının farkı düzeylerine odaklanır ve toplumdaki kişinin yaşam kalitesinin yükseltilmesi yönünde fayda sağlar (Küey, 2010). Ruhsal hastalıkların yaygınlığını, sıklığını, risk etkenlerini inceleyerek bu konuda yapılan çalışmalarla birlikte hastalığın geniş düzeyde ilerlemesini önlenbilir. Risk faktörleri dediğimizde kişinin yaşı, cinsiyeti, medeni durumu, eğitim durumu, sosyoekonomik düzeyi, stresli yaşam olaylarını kapsamaktadır (Dilek ve Yalvaç, 2012).

Dünya Sağlık Örgütü depresyonun dünyanın dördüncü en tehlikeli halk sağlığı sorunu olduğunu bildirmektedir. Aynı zamanda sosyal, psikolojik, fiziksel işlevselliği önemli ölçüde sekteye uğratmasıyla tanınıyor (Dünya Sağlık Örgütü (WHO). Epidemiyolojik sonuçlarına baktığımızda özellikle major depresyonun en yaygın psikiyatrik hastalık olduğu ifade edilmektedir. Konuyla ilgili çeşitli yapılan çalışmalar incelendiğinde demografik özelliklere göre farklı sonuçlara ulaşılmaktadır (Doğan, 2011).

Epidemiyolojik sonuçlar yaşa, cinsiyete göre değişmektedir. Kadınlarda erkeklere göre iki kez daha fazla depresyon düzeyinin yüksek olduğu tesbit edilmiştir. Cinsiyetler arası farklarla beraber yaş gruplarında da farklar olduğu belirtilmiştir. Özellikle gençlerde ve orta yaş grubundaki farklılığın çocuk ve yaşlı grubundan daha belirgin olduğu söylenebilir (Özer, Kocabıyık, Girgin ve Demiraslan, 2002).

Depresyon yaygınlığı ülkeden ülkeye de değişmektedir. Myers ve arkadaşları ABD’de kadınlar ve erkeklerde ibaret 9000 kişilik katılımcı ile üç ayrı alanda DSM-3 kullanarak çalışma yapıyor. Çalışma sonucuna ulaşmak için altı aylık süreç geçiyor ve kadınların depresyon yaygınlığı % 4.1- 4.6, erkeklerde ise % 1.7-2.2 olduğu inceleniyor. Bu alışma araştırmacılar tarafında bilinen ECA( Epidemiologic Catchment Area) ile yapıyor. Sonuç olarak kadınların depresyon düzeyi erkeklere oranda daha yüksek olduğunu tesbit ediliyor. Bu ve buna benzeyen çalışmalar yukarıda ifade edilen sosyo-demografik değişkenlerin depresyon yaygınlığını etkilemesi fikrini onaylıyor (Myers, Weissman, Tischler, Holzer, Leaf ve Orvaschel, 1984).

Diğer araştırmalarda ise etkili tedavilerin olmasına rağmen düşük ve orta gelirli insanların %76 ile %85'i rahatsızlıkları için tedavi görmedikleri inceleniyor. Genellikle, Kaynak eksikliği, eğitimli sağlık çalışanlarının yeterli seviyede olmaması, zihinsel bozukluklarla ilgili sosyal damgalanma depresyonun yaygınlığını arttıran nedenler olduğu gözlemlenmiştir. Amerika Birleşik Devletleri'ndeki yetişkinlerin tahmini % 0,5'ini etkilediği söylenen kalıcı depresif bozukluğu genellikle çocuklukta, ergenlikte veya erken yetişkinlikte başladığı incelenmiştir (American Psychiathric Assosiation, 2013).

## **2.1.2. Depresyonu Açıklayan Kuramlar**

### **2.1.2.1. Bilişsel Davranış Kuram**

Depresyonla ilgili kuramsal yaklaşımlar çoğunlukla üç kategoride değerlendirilir. Bunlar bilişsel kuram, psikanalitik kuram ve psikodinamik kuramlardır (Tuzcuoğlu ve Korkmaz, 2001). Bu kısımda depresyonu bilişsel kuram üzerinden inceleyeceğiz.

Bilişsel davranışçı kuram Aaron Beck ve Albert Ellis'in döneminde yapılan deneysel ve klinik çalışmalar sonucu meydana geldi. Aaron Beck ve Albert Ellis bilişsel davranış terapisi için daha direktif biçimde çalışarak terapi sürecinde danışanla daha çok etkileşime girilmesini savundular. Bu kurucuların yanı sıra sonraki dönem araştırmacılar bilişsel kuram ve terapi alanında yaptıkları klinik araştırmalar ve laboratuarlardan elde ettikleri bulgular vasıtasıyla şimdiki modelin oluşumunda büyük katkı sağladılar (Türkçapar, 2008).

1970 yılında bilişsel davranışçı kuramdan yeni bir terapi türü meydana geldi. Bilişsel davranışçı aile treapisi (CBFT) - aile, çiftler üzerinde bilişsel faktörlar araştırılmaya başladı ve iyi sonuçlar ele edildi (Baucom, 2011; Dattilio, 2009; Epstein ve Zheng, 2017). İlişkilerdeki sorunlar ve sıkıntıları çözümlenmekten ziyade bireysel olarak birçok psikolojik rahatsızlıkların tedavisine odaklanılmıştır (APA, 2016).

Partner ilişkilerinde oluşan sorun ve sıkıntılar fiziksel, bilişsel ve davranışsal yönlerden çeşitli sıkıntıların oluşumuna sebep olmaktadır. Ayrıca partnerlerarası sorunlar bir depresyonun veya diğer psikolojik rahatsızlıkların sonucu olarak ortaya çıkar (Halford ve Doss, 2016). Bir ilişkide depresyon belirtileri devam ettikçe partnerlerde ilişkinin zayıflamasına neden olur. Partnerlerin fiziksel ve zihinsel sağlıklarını olumsuz yönde etkilemekte ve ilişkide hayal kırıklığına neden olmaktadır

(Maleki ve ark., 2017). İlişki uyumunda düşüklük oluşturan depresyon partnerlerden özellikle kadınları etkilemektedir. Sonuç olarak ilişkideki kadın algısındaki düşüklükten fazlasıyla etkilenen erkekler ilişkideki uyum ve doyumlarında azalma hissetmektedir (Milleret, 2013).

Kadınların düşünce, tutum ve davranışlarında terapötik müdahalelerin yapılması depresyon ve diğer psikolojik rahatsızlıklardan iyileşmede yardımcı olmaktadır. Bilişsel davranışçı terapi (CBT) ilişkileri koruma için destek verebilir. İlişkinin algılanması ve beklentileri, varsayımlar, düşünce kalıpları ve diğer bilişsel fenomenler partnerlerin ilişkilerindeki olumsuzluklarına ve davranışlarına olumlu yönde etki edebilir (Beach ve O'Leary, 1992).

Depresyonun bilişsel-davranışçı modeline göre depresif semptomların gelişimini ve sürdürülmesini olumsuz yönde etkileyebilecek etkenler bireyin yaşam olaylarını algılaması ve vereceği tepkisinde olumsuz yaşam olaylarının varlığının neden olmaktadır. Bu modellerin olumsuz bilişlerin ve altında yatan şemalarının depresif duyguduruma neden olabileceğini varsayar (Abramson, Metalsky, Gerald ve Lauren, 1989). Diğer taraftan kişinin yaşamış olduğu olumsuz olaylarda nedenler, kendileri ve bu olayların gelecekteki sonuçlarına olumsuz atıflarda bulunma eğilimi gösteren (Depresyon Umutsuzluk teorisi) kişilerin depresyonu gelişme olasılığını da arttırabilir. Bu durumun ergenlikten sonraki yaşlarda depresyon oranında cinsiyet farklılıklarına katkıda bulunduğu öne sürülmüştür (Hyde, Mezulis, Abramson ve Lyn, 2008).

Depresif birey, eleştirmeye yönelik düşünceyi yoğun şekilde yaşayarak kendine zarar verir. Kendine olan güvenini yitiren bireyin bu durumu, varolan ilişkilerine yansır ve ilişki sorunları yaşamasına sebep olur. Dolayısıyla birey kendini iyi hissettirecek eylemleri yapma isteğini kaybeder (Greenberger ve Padesky, 2015). Partnerlerarası ilişkide çeşitli sorunlar yaşamasına neden olur.

Yaşanan olaylar ve durumlarla ilgili olumsuz düşünceye sahip olmak da depresyonun bir özelliğidir. Depresif birey yaşamakta olduğu deneyimleri olduğunda farklı olarak algılar ve olumsuz yorumlama eğilimi gösterir (Halford ve Doss, 2016). Böylelikle olumsuz deneyimlerin daha çok farkında olan birey olumlu yaşantısına oranda onları



daha çok hatırlar. Bu durumlar da sonuçta depresyonu beraberinde getiren etken olarak ortaya çıkar (Davison ve Neale, 2004. Burns, 2006).

### **2.1.2.2. Psikanalitik Kuram**

Bu bölümde Psikanalitik kuramın depresyon üzerinde etkisini ve bu alanda yapılan çalışmaları incelenecektir. Öncelikle psikanalitik kuramın beden ve ruh rahatsızlıklarının karşılıklı anlaşılabilir şekilde ve psikolojik temeli sağlayarak öğrenmeyi amaçladığını ifade edilmektedir. Kuram çerçevesinde akıl, duyu, düşünce ile birlikte bilinçdışı düşünce ve isteklerin varlığı da yer almaktadır (Koptagel, 1984).

Depresyonu Psikanalitik kuram çerçevesinde çocukluk döneminden şimdiki dönemine kadar yaşamış olduğu kayba karşı gösterilen bir tepki olarak kabul edilir. Varolan kayıp geçmişteki kaybın bütün korkularını geri getirmektedir (Adler, 2009).

Psikanalitik kurama göre çocukluk döneminde karşılanmayan sevgi ve ilgi ihtiyacı gelecek dönemde yaşanan kayıp sonrası kişinin geçmişte yaşadığı o çaresizlik duygularına gerilemesine neden olacaktır (Brenner, 1993). Depresyona giren kişiler çoğunlukta kendi duygularını bastırmış kişilerdir. Bu durumda destek için ihtiyaç duydukları kişilerden uzaklaşmaktan korkarlar ve durum değişince içlerinde bastırmış oldukları öfkeni kendilerine yöneltirler (Yüksel ve Perçinel, 1995). Kendine yöneltilen öfke kişilerarası ilişkileri, özellikle partneri ile kurmuş olduğu yakın ilişkini olumsuz yönde etkiler. İlişkide partnerlerarası uyum ve doyumda azalmaya neden olur (Bodenmann ve ark, 2008).

Karl Abrahamın (1988) yaptığı bazı çalışmada psikanalitik tedavi şekli ile manik-depresyon yas süreci ile ilişkilendirilmiş ve bu yönde anlamlandırmaya çalışmıştır. Abrahamın melankoli ile ilgili düşüncesi nesne kaybı sonrası ortaya çıkan duygulara üst benliğin (Süperego) güçlü etkisinin benliğe yöneltilmesi sonucunda oluşan bir durum olduğunu vurgulamıştır (Özkan ve Baltacı, 2020).

Bazı araştırmacılar depresyonun süper ego ile rolüne dikkat çekmiş ve depresyonu “Sevgi çılgılığı” olarak da tanımlamışlardır. Böylelikle üstbenlik ve özel savunmaların depresyonun görünümünü belirlediğini belirtmişlerdir. Bireyin sevgi yitimi önsaygıda düşüklük, değersizlik ve kötümserlik duygularına çevrilir (Köknel, 1989). Ego için bir çatışma olarak görünen depresyon, ego'nun içindeki bunalımı yansıtır.

Ego'daki engellerin narsistik beklentilere karşı gösterdiği bir tepki olduğu söylenebilir. Depresyon hastalığı için psikanalitik kuramlarda dışsal onaya aşırı bağımlılık ve öfkenin içselleştirilmesi üzerine yoğunlaşmıştır (Richard ve Atkinson, 1841).

### **2.1.2.3. Varoluşçu Kuram**

Hayatında bir anlam görmeyen birey varlığını sorgular ve ilerki dönemlerde ruhsal sıkıntılar yaşaması da mutemmel bir durum olur. Depresyon, anksiyete, endişe ve kaygı bozuklukları gibi rahatsızlıkları yaşama ihtimali artar (Altın, 2015). Bu bölümde ise depresyon hastalığı varoluşçu kuram açısından incelenecektir.

Varoluşçu kuramın insanın temel özelliklerinden biri yaşamında anlam arayışı ve önemli olma duygusu olduğunu söylenebilir. Yalom'a göre birey yaşamı anlamlandırmadığı andan itibaren kaygı ve çatışma yaşamaktadır. Ölüm tek gerçeklik ve ne zaman olacağını bilemediğimiz anlam için yarattığımız her şeyin o anda anlamını yitirmesidir (Yalom, 2011). Varoluşçu kuramında depresyon yaşamın anlamının kaybedilmesi ile ilişkilendirilirken diğer taraftan da bireye hayatında anlam kazanması için yol gösterilir (Demir, 2014).

Hayatının bir döneminde anlam arayışında olan Tolstoy "Neden yaşamalıyım? Neden bir şey istemeliyim?" gibi sorularla kendi yaşamını sorgular (Tezcan, 2014) Varoluşçu yaklaşım temsilçilerinden olan M. Boss'a göre depresyon bireyin kendisini yaşadığı hayata ve yaşamın olanaklarına karşı kapatarak, bir türlü bağımsız, özgür ve otantik birey olarak yaşamını sürdüremediğini ifade eder. Bu sebepten dolayı diğerlerinin arzu, istek ve beklentilerine göre davranmaya ve o kişilerin sevgilerini kaybetmeme çabası içerisindedir (Korkmaz, 2001). Depresif bireylerin suçluluk ve kendini değersiz görme duygularının varoluşsal suçluluk duygularından kaynaklandığını ifade etmektedirler. Bu yüzden kişiler dünyaya ve olaylara karşı bağımsız ve özgür değildirler (Altun, 2015).

Bu sebeple de depresif birey çevreden gelen sevgiye ihtiyaç nedeniyle onların beklentilerine göre hareket eder. Varoluşsal yalnızlıktan söz eden Younger, kişinin tek gerçek olarak inandığı, gördüğü ölümü ve ölümden sonraki hayatı sorgulayarak kendini yalnızlık duygusunun içerisinde bulur (Güleç, 2020). Birey ile çevresi

arasında derin bir boşluk yaşanması varoluşsal yalnızlık kavramını esasını ifade eder (Sayar, 2012).

Yaloma göre, kişilerin her ne kadar güçlü ve doyurucu ilişkiler içerisinde olsalar bile yaşamının bir döneminde bu boşluğu yaşayabileceklerini vurgulamıştır. Bu duygunun sürekliliği depresyon ve özgüven eksikliğini de beraberinde getirir (Demir, 2014). Psikolojik danışma kuramcılarında olan Rolle May'e göre insan varoluşsal olarak var olmaz, doğanın programlamasıyla gelişmez ve sadece büyümesinde kendisinin katısı olduğunu ifade eder (Dökmen, 2000).

## **2.2. Bağlanma**

### **2.2.1. Bağlanma Kuramı**

İngiliz psikanalist Bowlby tarafında geliştirilen bağlanma kuramına göre, bağlanma bireyin bakım vereni ile arasında kurduğu bir ilişkidir (Bowlby, 1950). Sevgi ve şefkat ihtiyacı karşılanmayan bebek gelecek dönemlerinde davranışsal bozukluklara sahip bireyler olarak gelişiyor. Anne ve çocuk arasında yeterli bağ kurulamadığında çocuk açısında psikolojik sorunlar oluştuğu, yetişkinlik dönemin ise psikopatolojisinin etkilendiği sonucuna varılmıştır. Bebeğin bakım vereni ile kurduğu bağlanma şekli gelecekte sosyal ilişkilerinde onun için prototip oluşturduğu vurgulanmıştır (Ainsworth, 1997). Kişinin çocukluk döneminde çevreyi keşfetme ve sıkıntılı olaylarla yüzleşme durumunda bağlanma figürü tarafından güvenli bağlanmada zorlular yaşayacağını vurgulanmıştır (Main ve Cassidy, 1988).

Yaşamın erken yıllarından yetişkinlik yıllarına kadar ki evrede, kurulan ilişkiler yetişkinlikte kurulacak ilişkilerle doğrudan bağlantılıdır ve ilk ilişkilerin niteliği ilerki yıllarda kurulacak ilişkilerin niteliğini de etkilemektedir (Collins ve Read, 1990). Kişilerde bağlanma stillerinin oluşmasında ebeveynlerin büyük önemi göz ardı edilmemelidir. Çocuğun ihtiyacı olduğu durumda ona bakım veren kişi tarafından ihtiyacının ulaşılabilir veya karşılık verici olması bağlanma stillerinde bireysel farklılıkları belirleyen etkendir (Yılmaz, 2007).

Ebeveynin çocuğuna karşı duyarlı ve tutarlı davranış tarzı gelecekte çocukla arasında güvenli bir bağ oluşmasına neden olur, bunun aksine olarak, fiziksel ve duygusal ihtiyacı ödeyemeyen ebeveyn kendi çocuğu ile arasında güvensiz bağlanma

geliştirir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Çocuklar özgüven sahibidirlerse demek ki, güvenli bağlanma stiline de sahiptirler ve yetişkinlikte kurdukları ilişkilerde güvenli bağ kurabilir ve davranışı sergileyebilirler. Kendilerini daha değersiz gören, kişisel ve kişilerarası ilişkilerinde sorunlar yaşayan ve bir türlü güvenli bağlanma kuramayan kişiler olarak değerlendirirler (Collins ve Read, 1990; Rice ve Mirzadeh, 2000).

Çocuk ve bakım veren kişi arasındaki ilişkilerde çocuklar, bağlanma figürü ve benliğe ilişkin beklentiler zihinsel modeller (internalworkings models) geliştirir ve esasını kapsar. Benliğe ilişkin beklentiler kişilerarası ilişkilerde algıları biçimlendirmeye yardımcı olur ve kurduğu ilişkilerde inanç, duygu ve davranışsal taktikleri kullanabilme yeteneğini geliştirir. Dolayısıyla kişinin karar verme yeteneğinin oluşumunda etki eder (Tolan ve Soygüt, 2002).

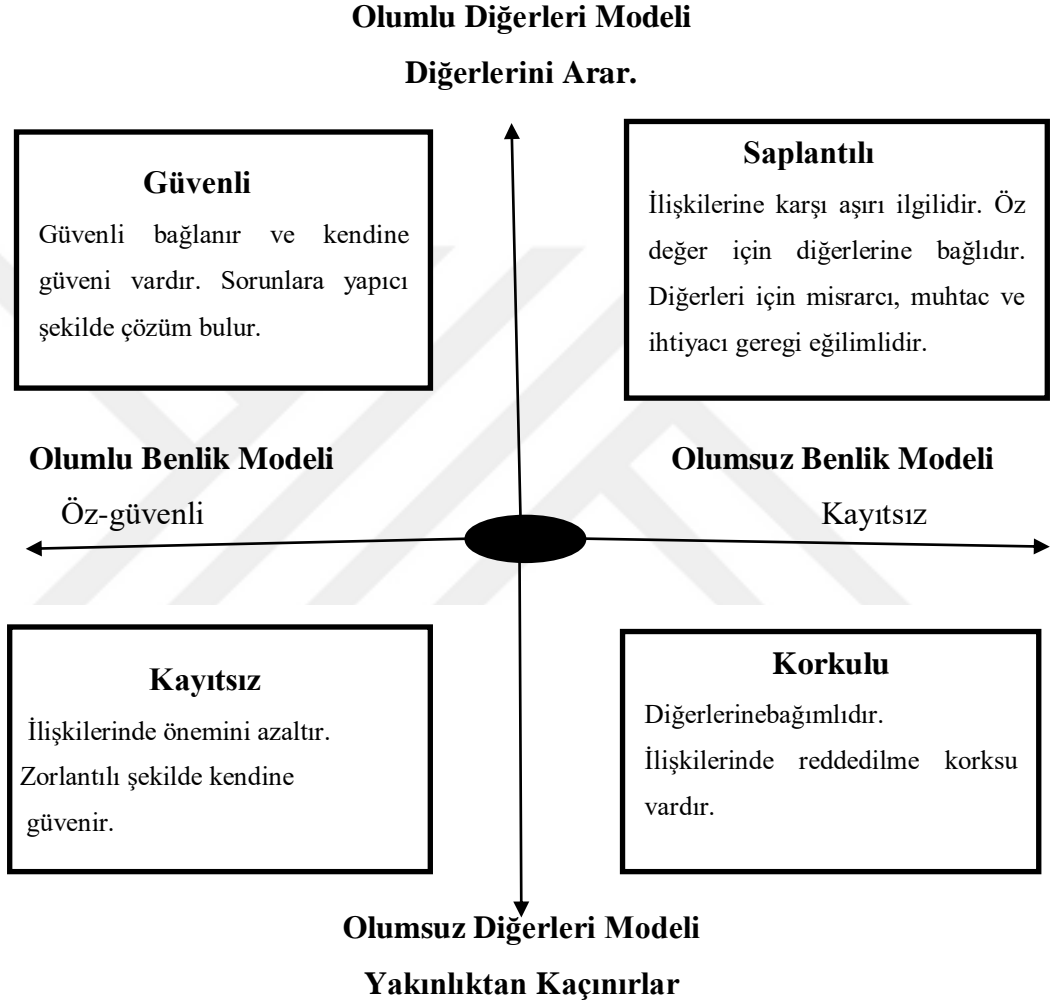
Bowlby'ye göre (1973), kişinin erken dönem bakım veren veya ebeveyni ile kurduğu olumlu iletişimi kişinin öz değer hissin yüksek olmasına veya kendini değerli hissetmesine neden olur. Dolayısıyla kişinin kendisine ve çevresindekilere olumlu yaklaşması ve beklentiler getirmesi (güvenli bağlanma) olasılığı yüksektir. Karşıt olarak, birey ihtiyacı olan ilgiyi ve bakımı alamadığı durumda ise olumsuz etkileşim yaratır ve birçok çalışmalarda vurgulandığı şekilde sonucunda benliğe ve çevreye ilişkin olumsuz beklentiler oluşturur (Bowlby, 1973). Aslında her zaman bakım veren kişi bağlanma figürüdür ve çocuğa olumlu yaklaşan, ihtiyacı olduğu süreçte korumasını ve bakım sağlanması konusunda önemli rölere sahip güvenli bir temel işlevi gören kişidir (Bowlby, 1988).

Genel olarak bağlanma sistemde esas önem ve amaç kurulan ilişkilerde güven duygusunu oluşturabilmektir (Sroufe ve Waters, 1977). Yetişkin birey kendini güvende hissetmesi durumunda çevreyi keşfetme gibi başka görevleri de üstlenir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Bağlanma yönelimleri, kişinin benliği ve çevresindekilerle kurduğu etkileşimine ilişkin içsel çalışan modellerini yansımasıyla karakterize edilebilir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bowlby, 1969).

### **2.2.2. Bağlanma Stilleri**

Bartholomew ve Horowitz (1991) tarafından geliştirilen bağlanma modelinde güvenli, korkulu, kaygılı ve saplantılı olmak üzere dört bağlanma stilini tanımlıyor ve

ardından bu stillerin davranış özellikleri belirleniyor (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Bartholomew Bowlby'nin oluşturmuş olduğu dört temel bağlanma biçimlerini tanımlıyor ve bunun benlik ve başkaları modellerinin olumlu ve olumsuz taraflarından kaynaklı olarak oluşturulduğunu ifade ediyor. Daha sonrasında bu çalışmalardan yola çıkarak ilişki anketi ve ilişki ölçekleri anketini oluşturuyor (Brennan, Clark ve Shaver, 1998).



**Şekil 2.1:** Bartholomew ve Horowitzin Bağlanma Stilleri Şeması

Bağlanma stilleri kısaca şöyle açıklanabilir: Güvenli bağlanma: Bireyin çocukluk döneminde bakım vereni ile kurduğu güvenli ilişidir. Bebeklik ve çocukluk döneminde anne veya bakım veren kişi ona karşı özenli davranıyorsa ve yardım sağlanıyorsa, gelecekte kurdukları ilişkilerde güvenli bağlanmaya eğilimli oldukları ifade edilmektedir (Aronoff, 2012).

Saplantılı bağlanma: saplantılı bağlanmaya sahip yetişkinler ilişkilerinde onaylanma ihtiyacı, samimiyet ve aşırı tepki arayışındadırlar. Daha az güvenme eğilimde olan bu bireyler hissettiği kaygı ve saplantı, partneri tarafından dışlanmasını ve durumda yeterli savunma geliştirmemiş olmalarına getirip çıkarabilir.

Kayıtsız-Kaçınan Bağlanma: Kayıtsız-kaçınan bağlanmada yetişkinler kurdukları ilişkilerde bağlanmadan tamamen kaçınan yüksek bir bağımsızlık arayan bireylerdir. Kendilerini yeterli ve bağlanma duygularına karşı savunmasız gören bireyler genellikle yakın ilişkilere ihtiyaç duymayan gruptur. Kendilerini genellikle kötü olduklarını düşündükleri partnerlerden uzaklaştırmaya meyilli ve duygularını bastırma eğilimdedirler. Bu bağlanma biçimi sergileyen bireyler yakın ilişkiler kurmakta zorlanan ve genellikle diğer insanlarla duygusal bağ kurma karşı ilgisizlik gösterirler ve çevrelerindeki insanlarla duygusal yakınlığı korumaya karşı ilgisizdir. Ayrıca olumlu bir benlik modeline sahip oldukları söyleyebilir (Carvallo ve Gabriel, 2006).

Kaygılı-Kararsız Bağlanma: bu grupta yer alan bireyler anneye karşı öngörülemeyen şekilde tepki gösteren ve kaygıyı yansıtmada bakıcıya karşı öfke (kararsız dirençli) veya çaresizlik (kararsız pasif) gösterimi bir strateji olarak gösterilebilir (Solomon ve ark., 1995). Ayrıca birçok çalışmada “dirençli bağlanma” olarak da ismi geçmektedir (Ainsworth ve ark., 1978).

Yapılan bir çalışmada tutarlı, sürekli ve sorumlu ebeveyn davranışının gerekli olduğu ve bireylerin çocukluk dönemlerinde bu duruma tepki verdikleri gözlemlenmiştir (Lewis ve ark, 1984). Anne ve çocuk arasındaki ilişkiyi bir taraftan da” bir taraf vermeli ve diğer taraf almalıdır” şeklinde de yorumlayabiliriz. Ebeveyniyle ilişki kurmak yerine oyuncakları ve nesneleriyle oynamak, yetişkin döneminde daha az güven sergilemelerine neden olmaktadır (Lewis ve ark., 1984).

### **2.2.3. Yetişkin Bağlanması ile İlgili Yapılan Çalışmalar**

Bu bölümde yetişkin bağlanması ve bu konuda yapılan çalışmalar ile ilgili önemli bilgiler aktarılacaktır. Bazı çalışmalar bakım veren kişi vasıtasıyla bebeklik döneminde şekillenen bağlanma örüntülerinin, yetişkin döneminde bireysel farklılıkların anlaşılması yönünde işlevselliğe ilişkin değerli bir role sahip olduğunu açıklıyor (Bowlby, 1969; Mikulincer ve Shaver, 2007).

Geçmişten bugüne kadar yapılan birçok çalışmada ruhsal rahatsızlıklar araştırılırken birey yaş evrelerinde bağlanma kuramlarına değinilmiştir. Bu tür rahatsızlıkların kişinin çocukluğunda kendisi ve bakım vereni ile ilişkisinin önemli olabildiği incelenmiştir. Örneğin. Bakım veren kişinin işlevinin kalitesi, ilişkideki davranış tarzının çocuğa hangi şekilde yansması, anne dışında iletişimde olduğu kişilerin etkisi, ailesel kırılmaların etkisi ve birçok faktörler kişinin çocukluk, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde ruhsal durumunu belirlemektedir. Yetişkin birey ailesinde güvenli bağlana bildiği halde bile sonraki dönemlerde ciddi yaşam olayları ve duygudurum bozuklukları nedeniyle bağlanma türünde sorun yaşama ihtimalleri her zaman vardır.

Bağlanma biçimlerini incelemek adına birçok araştırmacılar çeşitli ölçekler geliştirmiş ve ülkelere göre güvenilirlik ve geçerlilik çalışmalarını oluşturmuşlardır. Lakin yapılan çalışmalarda kişiyi öz-bildirim nesneliliğinin düşüklüğü olması en büyük sıkıntılarda biriydi. Bu şekil ölçüm yaklaşımı önceleri Hazan ve Shaver daha sonra Ainsworth ve meslektaşları üç esas bağlanma biçiminin yetişkinlik dönemlerinde yakın ilişkilerde etkili olduğuna dair çalışmalar yapmışlardır.

Anne babaya bağlanma ölçeği ve bunun gibi birçok ölçekler Bowlby'nin kuramını temel alınarak geliştirildiler. İlgisiz ve patolojik anne ve babaları koruma ve kontrol boyutlarında inceleyerek çocuklara nasıl bir şekilde etkide olabileceğini tesbit etdiler. Bu durum kişilerin yetişkinlik döneminde nasıl bir şekilde ortaya çıkacağını belirleyen diğer unsurlardan sadece biriydi. Yapılan araştırmalar onu gösteriyor ki, yetişkinlikde kişinin sergilediği bağlanma davranışı diğer dönemlerdeki davranışlarının sadece devamı olduğu vurgulanıyor. Araştırmacılar olan Weiss yetişkin bağlanmasını çocukluk bağlanmasında üç özellik farkıyla ayrıştırdığını şöyle tanımlıyor:

- 1) Yetişkin dönem bağlanma davranışları çocuk ve bakım verenden farklı olarak, eşler arasındadır.
- 2) Yetişkin bağlanması çocuklukta bağlanmadan farklı olarak davranışsal sistemlerdeki etkileşimden etkilenmiyor.
- 3) Sonuncu olarak, yetişkin dönem bağlanması çoğunlukla cinsel ilişki içerdiği ifade edilmektedir.

Birçok yapılan çalışmalarda bağlanma kuramı ile psikopatoloji ilişkilendirilmiş ve bunun üzerine değerli bilgilere ulaşılmıştır. Güvensiz bağlanma olan kaygılı ve kaçınmacı bağlanma genellikle anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluklarda daha çok görüldüğü ifade edilmektedir. Kaçınmacı bağlanmaya sahip kişilerde ise özellikle davranış bozukluklarının ilişkisi incelenmiştir. Dağınık bağlanmada (dezorganize) ise kişinin disosiyatif bozuklukluk olduğu vurgulanmıştır.

Bowlby'ye göre (1973), kişinin erken dönem bakım veren veya ebeveyni ile kurduğu olumlu iletişimi kişinin öz değer hissinin yüksek olmasına veya kendini değerli hissetmesine neden olur. Dolayısıyla kişinin kendisine ve çevresindekilere olumlu yaklaşması ve beklentiler getirmesi (güvenli bağlanma) olasılığı yüksektir. Karşıt olarak, birey ihtiyacı olan ilgiyi ve bakımı alamadığı durumda ise olumsuz etkileşim yaratır ve birçok çalışmalarda vurgulandığı şekilde sonucunda benliğe ve çevreye ilişkin olumsuz beklentiler oluşturur (Bowlby, 1973). Aslında her zaman bakım veren kişi bağlanma figürüdür ve çocuğa olumlu yaklaşan, ihtiyacı olduğu sürece korumasını ve bakım sağlanmasını konusunda önemli rolle sahip güvenli bir temel işlevi gören kişidir (Bowlby, 1988).

Genel olarak bağlanma sistemde esas önem ve amaç kurulan ilişkilerde güven duygusunu oluşturabilmektir (Sroufe ve Waters, 1977). Yetişkin birey kendini güvende hissetmesi durumunda çevreyi keşfetme gibi başka görevleri de üstlenebilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Bağlanma yönelimleri, kişinin benliği ve çevresindekilerle kurduğu etkileşimine ilişkin içsel çalışan modellerini yansıtmasıyla karakterize edilebilir (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Bowlby, 1969). Kaygı ve kaçınma güvensiz bağlanmada iki temel boyut olarak ele alınmaktadır. İlişkilerde bağlanmada yüksek kaygı yaşayan bireyler, endişe, korku, ikili ilişkilerde bağımlılık ve uyumsuzluk, benliğine ilişkin olumsuz bakış açısı (düşük özsaygı), kişilerarası ilişkilerde saplantılı tutum, terkedilme ve reddedilme korkusu gibi durumların olma olasılığı çok yüksektir (Mikulincer ve Shaver, 2007). Güvensiz bağlanmanın kaçınma boyutunda ise çevresindeki kişiler konusunda olumsuz bakış açısı, saplantılı özgüven, ikili ilişkilerde yakınlıktan kaçınma, çevresindekilere güvensizlik duygusu ve davranışı, kendi görevlerini tek başına üstlenme eğilimi göstermektedir (Hazan ve Shaver, 1987; Mikulincer ve Shaver, 2007). Yapılan araştırmalarda güvensiz bağlanan kişiler yalnızlık, depresyon, anksiyete ve psikosomatik rahatsızlıklar yaşama olasılığı, güvenli bağlanmaya sahip



olan kişilere oranda daha çok görülmektedir (Hazan ve Shaver, 1990). Diğer taraftan güvensiz bağlanmanın düşük düzeyde duygusal iyi oluş ve yüksek düzeyde depresyon ve anksiyete ile ilişkili olabileceği sonucuna varılmıştır (Carnelley, Pietromonaco ve Jaffe, 1994; Kobak, Sudler ve Gamble, 1991; Priel ve Shamai, 1995).

Yapılan ilk araştırmalara bakıldığında bağlanma boyutlarını ölçümünde “İlişki Ölçekleri Anketi” ve diğer ölçekler gibi kategorik sınıflandırmalara dayalı ölçme araçlarının kullanılmasına (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Hazan ve Shaver, 1987) karşın, son zamanlarda bağlanma ile ilgili çalışmalarda bireysel farklılıkları değerlendirmek adına “Yakın İlişkiler Ölçeği” gibi iki boyutlu model ölçekler tercih ediliyor (Brennan, Clark ve Shaver, 1998; Fraley, Waller ve Brennan, 2000). Lakin Bağlanma ile ilişilendirilebilecek bazı konularda kategorik sınıflandırmaya dayalı ölçeklerin kullanılması yapılan çalışmalarda sonuçların daha iyi analiz edilmesine ve bulgular tartışılması konusunda çok büyük olanak sağlamaktadır (Brennan, Clark ve Shaver, 1998).

## **2.3. İkili İlişkiler**

### **2.3.1. İkili İlişkilere İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar**

Bu bölüm ilişkiler üzerine kuramsal yaklaşımlar yönünde odaklanarak ilişkilerde mutluluk, doyum bir çok bunlar gibi terimleri açığa kavuşturmaktadır. Öncelikle “Yakın ilişki nedir ve kişinin hayatında ne tür öneme sahiptir?” sorulamaı cevaplanması önemlidir. İkili ilişkiler kişiler arası etkileşimin bir bölümü olarak kabul edilir ve kişide sağladığı uyum, mutluluk, doyum gibi olumlu duyguların yanı sıra diğer olumsuz duyguları da beraberinde getirebilmektedir. İkili ilişkilerde ilişkinin içeriğini ve ona etki eden etmenleri anlamak için birçok kuramcılar tarafından çeşitli teoriler ve kuramlar geliştirilmiştir (Jacob, 2000). Bu kuramlar içerisinden önceki bağlanma bölümde bahs etdiyimiz Shaver, Hazan ve Bradshaw’ın Bağlanma Kuramı, Lee’nin Aşk Stilleri Kuramı, Sternberg’in Üçgen Aşk Kuramı, Stendhall’ın Tutkulu Aşk Kuramı, Moss ve Schwebel’in Romantik Yakınlık Kuramı Levinger ve Snoek’un İlişki Düzeyleri Modeli, Evrimsel Aşk Kuramı ve Rusbult’un Yatırım Modeli gibi birçok kuramları örnek gösterebiliriz (Kara, 2019).

Lee'nin Aşk stilleri kuramına göre aşk kuramı renklerle benzerlik teşkil etmektedir ve sınıflandırılmasına göre bir çok boyutu olduğu vurgulanmıştır. Lee askı tıplı gökkurşağındaki üç esas renkle ifade ediyor: kırmızı, sarı ve mavi olarak. Kırmızı renk tutkulu aşkı, sarı renk mantıklı aşkı ve son olarak mavi renk ise arkadaşça aşkın rengi olduğunu savunuyor.

Sternberg'in Üçgen Aşk Kuramında ise aşk yakınlık, tutku ve bağlılık öğeleri içermektedir. Kuramın isminde olduğu gibi üçkenin herbir uç noktasına bu terimler birleşiyor ve bir biri ile bağlantılı olduğu söyleniyor.. Daha da açıklamış olursak, kişilerarası iletişimin sonucu oluşan yakınlığı, karşılıklı etkileşimi, saygıyı, karşı tarafa duyulan duygusal bağları ifade ediyor.

Stendhall'ın Tutkulu Aşk Kuramı aşkı tutkulu olarak ele alır ve bir çok süreçlerden geçtiğini ifade eder. Şöyle ki, ilki beğenme ile başlar ve sonrası beklenti, umut etme, billurlaşma ile devam eder. Kaybetme korkusu olduğu andan itibaren ise belirsizlik, uzaklık ve ayrılma süreçlerini başlatır (Hatfield, 1988).

Moss ve Schwebel'in Romantik Yakınlık Kuramında kişilerin sosyal gelişimleri, ilişkilerinde kendilerini ayarlama düzeyleri ve fiziksel sağlıklarının kurdukları ilişkideki yakınlık düzeyi ile balansı kuramın esasını teşkil etmektedir. Beş birleşenin beşi de kişilerde aynı oranda ayarlandığı andan itibaren o ilişkinin ideal bir ilişki olduğu söylemek mümkündür. Bu birleşenlere bağlılık, duygusal, bilişsel ve fiziksel yakınlıklar dahildir (Moss ve Schwebel, 1993).

Levinger ve Snoek'un İlişki Düzeyleri Modelinde ise aşk dört birleşenden ibaretdir. İlki sıfırla başlıyor yani ziro: kişiler bu evrede birbirinden habersizdirler. İkinci aşamada ise fark etmektir. Kişiler bir birinden haberdardır lakin aralarında ilişki ve bağ yoktur. Üçüncü aşamada yüzeysel ilişki ve sonuncu aşamada ise karşılıklı ilişkilerden ibaret olmaktadır (Munck ve Korotayev, 1999).

Yukarıdan da görüldüğü gibi birçok kuramcılar ikili ilişkileri farklı şekilde yorumlamışlardır. Her bir kuramın literatüre katkı sağladığı düşünülmektedir.

### **2.3.2. İkili ilişki uyumu**

Bireyin karşı cinsle olan ilişkisi temel kriterlere dayanır. İlişki içerisinde olan bireyin duygusal, bilişsel, davranışsal meydana gelebilecek bir değişimi diğer bireyi de

etkilemektedir. Bakıma ve korunmaya ihtiyaç duyan birey fiziksel anlamda olduğu kadar duygusal anlamda da bakım veren kişi tarafına ihtiyacının giderilmesini beklemektedir (Flavell, 1985).

Yapılan çalışmalara bakıldığında İkili ilişki, romantik ilişki, evlilik uyumu ve evlilik doyumu gibi terimlerin sıkça kullanılmaya başlandığı görülmüştür. İkili ilişkileri daha derinlemesine anlayabilmek ve ilişkilerin nasıl sağlıklı bir biçimde sürdürülebilir olabileceğini geniş bir çerçevede değerlendirebilmek için ilişki doyumu, ilişki uyumu, romantik aşk ve bağlanma gibi pek çok kuram ortaya atılmıştır (Ovalı, 2010). İkili ilişki içerisinde olan bireylerin boşanma veya evlilik öncesi ilişkilerinin sonlanması da giderek artmaktadır. Bu süreç içerisinde bireylerde oluşan sorunların incelenmesinde, ilişkiyi başlatma, sürdürme ve bitirme nedenlerinin anlaşılması adına bireylerin rahatsız eden psikolojik rahatsızlıkları ve bağlanma stillerinin araştırılması, aralarındaki ilişkinin incelenmesi yönünde son zamanki araştırmalarda büyük önem kazanmaktadır (Büyükşahin, 2001).

İkili ilişki uyumunda ilişki içerisinde olan bireylerin yüksek düzeyde odaklanması, ilişki doyumu, ilişki korkusu-kaygısı, ilişki izlenimi ayarlama, ilişkide kendine güven, dışsal ilişki kontrolü, ilişki girişkenliği ve içsel ilişki kontrolü ve diğer özellikler önemli rol oynamaktadır (Snell, Schicke ve Arbeiter. 2002). Bu nedenle bireylerin sahip olduğu psikolojik rahatsızlıkların ilişki uyumuna etkisi üzerinde yapılan bilimsel çalışmalar ikili ilişki uyumunda temel kaynakların aydınlatılması adına önemli rol oynamaktadır. Psikopatoloji konusu ikili ilişkilerde ve evlilikte en çok incelenen ve ilişkiyi etkilediği bilinen konudur (Johnson ve Jacob, 2000).

Kung (2000)'ın araştırmasında, depresyon, stres, sosyal destek eksikliği ve rol beklentileri ilişki uyumuna etkileyen faktörler arasındadır. Erken çocukluk dönemi yeterli bakım gören bireylerin gelecek dönem ilişkileri daha sağlıklı, güçlü ve mutlu ilişkiler sürdürdüğü, ilişkilerini daha öteye taşıyarak mutlu evlilikler kurduklarına dair araştırmalar yapılmıştır.

### **2.3.3. İkili İlişkiler ile İlgili Yapılan Çalışmalar**

Son yıllarda yapılan araştırmalarda ikili ilişkiler evlilik doyumu, uyumu ve ilişkilerdeki bağlanma stilleri çerçevesinde ele alınmakta olduğu dikkat çekmektedir.

Yine aşk ve kişilerarası ilişkisini ele alan araştırmalar da yapılan çalışmalar içerisinde (Ercan, 2013).

Cowan ve Mikulincer ve ark. (2004) tarafından yapılan araştırmada bağlanma güvenliği duygusu ikili ilişkilerin oluşumunda ve sürdürülmesinde rol oynayan önemli etken olduğu ifade edilmektedir. Aynı zamanda yetişkin bağlanma stiline ilişkisel bilişler, duygu ve davranışlar, ayrıca ikili ilişkilerin oluşumunda kalite ve istikrarına katkı sağlayan sistematik bir model oluşturulmuştur (Mikulincer, Florian, Cowan ve P. Cowan, 2004).

Kişilerin akran ilişkileri, romantik ilişki ve arkadaş ilişkileri kişiler arası ilişkilerde önemli yeri olmakla beraber depresyonu yordayan faktörler arasındadır (Greca ve Harrison, 2010). Çalışmalardan birinde, ikili ilişkilerde depresif bireyler partnerlerine karşı sorumlulukları yerine getirmekte zorlandıkları ve partnerlerinin bağımsız ihtiyaçlarını farketmeyebilir oldukları ifade edilmiştir (Fiske ve Peterson, 1991). Partnerler arası ilişkilerde sıklıkla görünen depresyon belirtileri ilişkilerde birçok soruna sebep olmaktadır. Amerikalı araştırmacılar tarafından depresyon ve ilişki sıkıntılar ve bunlara yönelik kullanılan çift terapisi etkisi üzerine yapılan çalışmada depresyon tedavisi gören kişilerin ilişki sıkıntılarını çift terapisi arayan bireylere göre daha yaygın olduğu ifade edilmiştir (Atkins, Dimidjian, Bedics ve Christensen, 2009; APA, 2016).

İkili ilişkilerde depresyon belirtileri üzerine yapılan diğer çalışmada çift terapisinin partner ilişkilerinde depresyon dahil bir çok patolojik sorunlarda önemli etkisi olduğu belirtilmiştir. İlişkilerde uyumu oluşturmakta daha iyi bulgular elde etmek için terapi süreci en az bir yıl uzatılmalı ve veriler daha açık ve net bir şekilde sunulmasının alınacak sonuçlar için daha etkili olduğu tanımlanmaktadır (Barbato ve D'Avanzo, 2008).

İkili ilişkiler hayatımızın önemli bir parçası olmakla birlikte, bilimsel alandaki çalışmalar yaşantılarımızdaki rolünü belirlemektedir. İkili ilişkilerde kişiler arasındaki yakınlılığın değeri, anlamı, kişinin kendisi için taşıdığı önem, kişilerin bu ilişkiyi nasıl algılamaları ve deneyimlemeleri henüz tam olarak açıklanmamıştır (Yildirim ve Barnett, 2017). Lakin, bu konular üzerinde Avrupada ve Amerikada çeşitli çalışmalar yapılmıştır. Bu bakımdan depresyonu kişinin yakın ilişkilerini

etkilemesi ve etkileme düzeyi diğer değişkenlerle birlikte araştırılması literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Horani ve Saremi, 2015).

#### **2.4. Depresyon, Bağlanma stilleri ve İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkiye Ait Literatür Bilgisi**

Yapılan literatür çalışmasında, araştırmada kullanılan her bir konunun birbirleri ile kuvvetli ilişki içinde olduğu belirlenmiştir. Bu ilişkilere ilişkin literatür bilgisi aşağıda verilmiştir.

##### **2.4.1. Depresyon İle Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait yapılmış çalışmalar**

Güvensiz, kaçınması ve saplantılı bağlanma figüründe olan etkileşimler, güvenli bir gelişimin kurulmasına müdahale ederek stresli durumlarda dayanıklılığı azaltarak psikolojik olarak çökmeye yatkın hale getirdiği ifade edilmiştir. Birçok araştırmada güvensiz bağlanmanın olumsuz stres tepkisi yaratmasına dair sonuçlara ulaşılmıştır (örn., Lopez, Mitchel ve Gormley, 2002; Pielage, Luteijn ve Arrindell, 2005).

Conde tarafından yapılan bir çalışmada (Figueiredo ve Bifulco, 2009) ikili ilişki içerisinde olan kadın ve erkek bireylerin güvensiz bağlanma, kaygı semptomları ve depresyon arasında pozitif korelasyon olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Canton (2015) araştırmasına göre güvensiz bağlanma ve aşağı depresyon düzeyi arasında pozitif korelasyon olduğu incelenmiştir. Diğer taraftan İkili ilişki içerisinde olan bireyler ilişkideki uyumu ve tutumu alamadıklarında daha yüksek depresif belirtiler gözlemlendiği belirtilmiştir (Cortes ve Canton, 2015).

Şendil ve Kızıldağ (2003) tarafından yapılan çalışmalarda kadınların erkeklere oranda depresif belirtilerini daha çok taşıdıkları ve bunun bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu incelemiştir (Karlıoğlu ve Parlar, 2020). Hyun ve Kim (2012) araştırmasında ise yaşlı kadınların genç kadınlara oranda daha çok depresif belirtiler yaşadıkları ve ilişkide partnerine karşı kaygılı bağlandıkları saptanmıştır (Hyun ve Kim, 2012).

Eberhand ve Hammen (2006) yapmış olduğu bir çalışmada kişilerarası ilişkiler, bağlanma biçimleri ve ilişki kalitesi depresyonla ilişkisini tespit etmek için yapılmıştır. Çalışmanın ana amacı, ilişkide yetersizlik ve kaygılı bağlanma bilişleri

depresyonun başlangıcını yordayıp yortamadığını araştırmak olduğu ifade edilmiştir (Eberhad ve Hammen, 2006).

Bağlanma stillerini etkileyebilen durumlardan biri de bebeklik depresyonu olarak incelenmiştir. Bazı çalışmalarda bakım verenle çocuk arasındaki etkileşim kesintiye uğraması durumunda ruh sağlığında kısa süreli anne yoksunluğu depresyona, uzun süreli anne yoksunluğu ise ciddi bozulmalara neden olduğu saptanmıştır (Öztürk, 2002).

#### **2.4.2. Depresyon İle İkili İlişki Arasındaki İlişkiye Ait Yapılmış Çalışmalar**

Psikopatoloji konusu ikili ilişkilerde ve evlilikte en çok incelenen ve ilişkiyi etkilediği bilinmektedir (Johnson ve Jacob, 2000). Kung (2000)'ın araştırmasında, depresyon, stres, sosyal destek eksikliği ve rol beklentileri ilişki uyumuna etkileyen faktörler arasındadır. Yetişkinlerde İkili ilişkilerde (Yakın ilişkiler) katılım arttıkça depresyonun azaldığı düşünülmüş, bu da zihinsel sağlığı sürdürmede sağlıklı ilişkilerin önemini vurgulamaktadır (Kendall ve ark. 2014).

Dünya Sağlık Örgütü tarafında açıklanan bilgiye göre psikolojik bozukluklardan biri olan depresyon dünya çapında 264 milyondan fazla insanı etkilediği bildirildi. Türkiye’de yaşayan insanların bu rakamda 3 milyonun üzerinde olduğu sonucuna varıldı (World Health Organization, 2013). Diğer bir çalışmada, İkili ilişkide oluşabilecek güvensizliğin ve bireylerin duygularının arkasındaki nedenleri incelemek için bir çalışma yapılıyor. Araştırmada öğrenilmesi istenen konu ise sevgi ne kadar az algılanırsa, depresyon oranının o kadar yüksek olacağı düşünülüyor ve aile, arkadaşlık ve yakın ilişkide var olan sevgiyi alt sınıfı aracılığıyla öğreniliyor (Shurts ve Myers, 2008).

İkili ilişkilerde çift etkileşimini ve uyumunu artırmak için bir çok terapi türleri meydana geldi. En efektif ve kullanışlısı ise bilişsel çift terapisiydi. Yapılan bir çalışmada 6-12 ay süresince tedavi gören depresyonlu kadınlar bu süreç sonrası depresyon tedavi edildi ve yakın ilişkilerinde gözle görülebilecek düzeyde iyileşme ve iletişim seviyesinde gelişme kaydedilmiştir (Barbato, D'Avanzo ve Parabiaghi, 2018).

Lazarusun modelinde depresyon kişinin kayıpları ile ilişkilendirilmiştir (Kessler, 1997; Tennat,2002). Coyne tarafından depresif semptomları yaşayan kişilerin

partnerleri ile ilişkide çatışmalar ürettiğini öne süren sistematik bir depresyon modeli oluşturulmuştur. Sinirlilik ve ilgi kaybı gibi kalıcı depresif belirtiler partnerler için itici hale gelmektedir. Bu durumun olumlu tarafı ise ilişkideki kişiler partnerlerinin depresif belirtileri olduğunu anlar ve yardımcı olmaları gerektiğinin farkındadırlar (Coyne, 1976). Yaşamış oldukları hayal kırıklığı ve sıkıntı suçluluk duygusunu oluşturmaktadır. Memnuniyetsizlik yaşayan partnerler sonunda bir birlerine güvensiz ve olumsuz duygularla kabul edilmediğine dair düşünce oluştuğunu vurgulanmıştır (Kessler, 1997). ilişki deneyimlerinde güvensizlik depresif partner için suçluluk ve hüsrana oluşturduğu vurgulanmıştır (Lazarus, 2000).

#### **2.4.3. Bağlanma İle İkili İlişki Arasındaki İlişkiye Ait Yapılmış Çalışmalar**

Bağlanma stilleri ikili ilişkide oluşabilecek uyumsuzluğun, güvensizliğin ve bireylerin duygularının arkasındaki nedenleri öğrenmelerine yardımcı olmak için önemli yere sahiptir. Hazan ve Shaver göre bağlanma davranışları ve bağlanma stili gelecekteki kurulan yakın ilişkileri önemli ölçüde etkilemektedir (Simpson, Rholes, Campbell, 2003).

Berlin üniversitesinde yapılan bir çalışmada yakın ilişkilerde sağlam ilişki dinamiği incelenmiştir. İlişkideki partnerlerin yakın ilişki kurduğunda birbirlerine nasıl bağlandıkları ve bağlanma biçimi incelenmiştir (Finkel, Eastwick ve Matthews, 2007). Bağlanma stilindeki bireysel farklılıklar partnerlerarası işlevselliği önemli ölçüde etkilenmektedir. Lakin, ilişki oluşumundaki etkiler üzerine çok az ilgi gösterilmiştir (Fraley ve Shaver, 2000). Bu çalışma, kaçınmacı ve kaygılı bağlanan partnerler ilişkide rededilme veya terk edilme duygusunun sıklıkla yaşandığı ifade edilmiştir (Eastwick ve Finkel, 2008).

Ainsworth ve arkadaşlarının tarafında bağlanma stillerinin yakın ilişkiler üzerindeki etkisini ölçmek için bir envanter geliştirilmiştir (Bartholomew ve Horowitz, 1991). Araştırmada amaç, verilen hesaplamaların bağlanma stilleriyle benzerlik gösterip göstermemesi incelenmesidir. Sonucunda bağlanmadaki dağılımı ortalama bir hesapla %55 güvenli, %20 kaygılı/kararsız, %25 kaçınan olarak tespit edilmiştir. Bağlanma figürü zaman ilerledikçe çocuk için anne gelecekte karşı cinsten veya eş olarak önceliği ve yeri değiştiriyor olması gözlemlenmiştir (Çelik, 2011).

Tatar (2010) ve Ünal (2010) yapmış olduğu çalışmalarda yakın ilişki kuran kadınların bekar kadınlara göre depresyona daha yakın oldukları ifade edilmiştir. Aynı zamanda, aile baskısı sebebiyle ilişki kuran çiftler ilişkide çeşitli sorunlar yaşayarak, partnerine güvensiz kaygılı ve kaçınmacı bağlandıkları vurgulanmıştır (Tatar, 2010; Ünal, 2010).

İkili ilişki içerisinde olan bireylerin boşanma veya evlilik öncesi ilişkilerinin sonlanması da giderek artmaktadır. Bu süreç içerisinde bireylerde oluşan sorunların incelenmesinde, ilişkiyi başlatma, sürdürme ve bitirme nedenlerinin anlaşılması adına bireylerin rahatsız eden psikolojik rahatsızlıkları ve bağlanma stillerinin araştırılması, aralarındaki ilişkinin incelenmesi yönünde son zamanki araştırmalarda büyük önem kazanmaktadır (Büyükşahin, 2001).



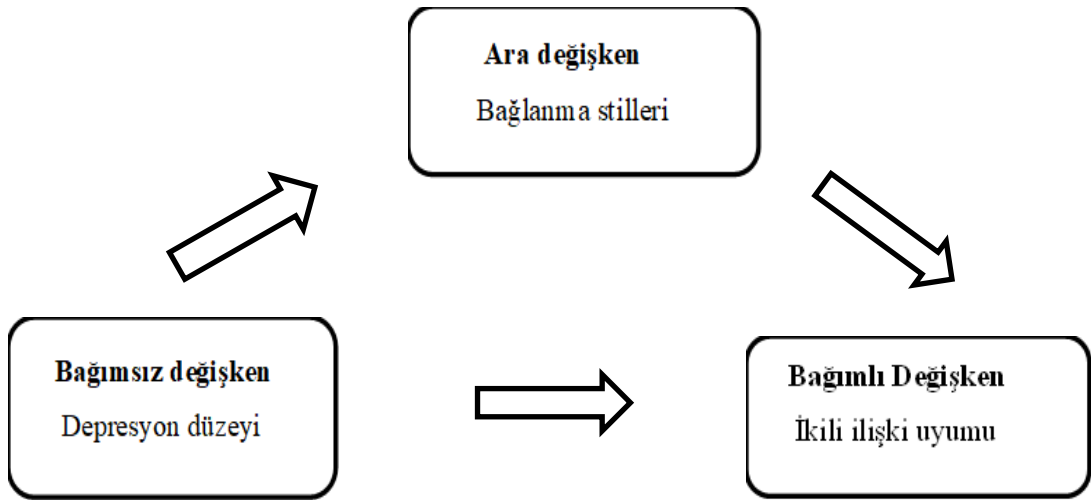
### 3. YÖNTEM

Bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırmanın evreni ve örneklem grubu, kullanılan veri toplama araçlarına, veri toplama süreci ve verilerin analiz edilmesinde kullanılan yöntemler konusunda bilgiler yer almaktadır.

#### 3.1 Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki bağlanma stillerinin aracı rolünün incelenmesi planlanmıştır. Araştırmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni depresyon düzeyi, ara değişkeni bağlanma stilleri, bağımlı değişkeni ise ikili ilişki uyumudur.

Değişkenler arası ilişkini, ilişkinin yönünü ve şiddetini belirlemek adına korelasyon analizi kullanılmıştır. İlişkinin aracı değişken bağlantısını öğrenmek için ise regresyon analizleri ve diğer analizler yapılmıştır.



Şekil 3.1: Değişkenlere ilişkin Model Şeması

#### 3.2. Araştırmanın Örnekleme

Çalışmanın örnekleme Türkiye'de yaşayan 18 yaş ve 40 yaş aralığındaki üniversite öğrencilerinden oluşturulmuştur. Araştırma örneklemini oluşturan katılımcılar

gönüllülük esasında çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencisi olan bireylere Covid-19 salgın sürecinden dolayı online olarak internet üzerinden öncelikle çalışmanın amacı ve önemi anlatılmıştır. Demografik bilgi formu ve ölçeklerin yer aldığı anket formu verilmiş ve anketi doldururken dikkat etmeleri gereken hususlar belirtilmiştir. Araştırma kapsamında 400 kişiye ulaşım sağlanmıştır, bu kişi sayısından 3 kişi 18 yaş altı ve 1 kişi 40 yaş üzeri olduğu için çalışma örnekleminde çıkarılmıştır. Toplamda 396 kişi çalışmanın örneklemini belirleyerek, aynı kişi sayısı ile analizler yapılmıştır.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Çalışma kapsamında, Katılımcıların demografik bilgilerini belirleyebilmek için sosyo-demografik formu (Ek-1), katılımcıların depresyon belirtilerini belirlemek için Beck Depresyon Ölçeği (Ek-2), katılımcıların ikili ilişki uyumunu belirlemek için Çok Boyutlu İlişki Ölçeği (Ek-3) ve bağlanma stillerini belirlemek için ise İlişki Ölçekleri Anketi (Ek-4) kullanılmıştır.

#### **3.3.1. Sosyo-Demografik bilgi formu**

Sosyo-Demografik bilgi formu araştırmacı tarafından getirilen sosyo ve demografik bilgileri öğrenmek amacıyla oluşturulmuş 4 soru içermektedir. Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim, medeni durumu gibi demografik bilgileri yer almaktadır.

#### **3.3.2. Çok Boyutlu İlişki Ölçeği**

Yakın ilişkilerle ilgili çeşitli psikolojik eğilimleri ölçmek için kullanılacak bu ölçek ilk defa Snell, Schicke ve Arbeiter (2002) tarafından geliştirilmiş olup Türkiye'de geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Dr. Ayda Büyüksahin tarafından yapılmıştır. Ölçeğin modeli, 60 sorudan ve 5'li likert kodlamadan oluşmaktadır (Büyüksahin, 2005).

Çok Boyutlu İlişki Ölçeği test tekrar güvenilirlik katsayısı 81'dir. Bu çalışma için yapılan iç tutarlık katsayısı (Cronbach alpha) ise 0.95 bulunmuştur ve ölçeğin güvenilir olduğunu göstermektedir. Ölçekdeki sorular 5'li likert tipde olup, katılımcıların son dönemlerde içinde buldukları ilişkiyi düşünerek cevaplaması gereken bir ölçektir. Sorular "hiç uygun olmayan ve uygun olan" cevaplar şeklinde yanıtlanabilmektedir

“Genç Türk yetişkinlerinde çocuk yetiştirme tarzları, bağlanma stilleri ve romantik ilişkide doyum, romantik ilişkide kaygı arasındaki ilişkiler” tezinin iç tutarlık katsayısı 0.89 (Katalan, 2014), “Kontrol odağının ve eleştirel düşünmenin üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerindeki doyumsuzlukları ele alış biçimleri üzerindeki rolü” tezinin iç tutarlık katsayısı 0.91 (Çırakoğlu, 2006) ve “Çocuk yetiştirme tarzının bağlanma stillerine etkileri ve bunun da kişilerin romantik ilişkilerinde yaşadıkları kaygı ve yaşam doyumlarıyla ilişkisi” başlıklı tezinin iç tutarlık katsayısı ise 0.93 (Yeltekin, 2019) değerinde bulunmuştur. Klinik psikoloji alanında yapılan bu tez çalışmalarında “Çok boyutlu ilişki Ölçeği” kullanılmıştır.

### 3.3.3. İlişki Ölçekleri Anketi

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanma stillerini belirleyebilmek amacıyla kullanılan İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA), Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilmiş olup, 30 maddeden oluşmaktadır. Öğrencilerin bağlanma stillerini belirleyebilmek amacıyla kullanılan bu Anket (İÖA) Türkçe’ye N. Sümer ve D. Güngör (1999) uyarlamıştır. Ölçeğin Türkçe’ye çevrilmesinde çeviri – tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır (Sümer ve Güngör, 1999). Sümer ve Güngör’ün (1999) Türk örneklemini üzerinde yaptığı geçerlik ve güvenirlik çalışmasında İlişki Ölçekleri Anketinin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Anketin alt ölçeklerine ait iç tutarlılık katsayıları .27 ve .61 arasında değişmektedir. Test tekrar test korelasyonu ise .54 ile .78 arasındadır. Katılımcıların kendilerini ve birlikteliklerini ne derecede tanımladıklarını 1 ve 7 arası puan vererek değerlendirmektedirler. Her bir bağlanma stiline ait maddelerden alınan puanların ortalaması alındığında elde edilen en yüksek puan bireyin bağlanma stilini vermektedir (Şar ve ark., 2012). Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü analizi için yapılan güvenirlik analizi sonucu CA değeri 0.91 güvenilir olduğu saptanmıştır. Test 21 sorudan oluşmaktadır. İÖA’nin alt boyutları güvenli bağlanma, kayıtsız bağlanma, korkulu ve saplantılı bağlanma şeklindedir.

“Üniversite öğrencilerinde sosyo-duygusal uyum ve bağlanma stilleri” başlıklı tezin iç tutarlık katsayısı 0.83 (Arıkoğlu, 2003), “Genç Türk yetişkinlerinde çocuk yetiştirme tarzları, bağlanma stilleri ve romantik ilişkide doyum, romantik ilişkide kaygı arasındaki ilişkiler” tezinin iç tutarlık katsayısı 0.89 (Katalan, 2014) ve “Yalnızlığın bağlanma stilleri, beğenilme arzusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu açısından incelenmesi” başlıklı tezin iç tutarlık katsayısı 0.90 (Bingül, 2020)

değerinde olduğu incelenmiştir. Klinik psikoloji alanında yapılan bu araştırmalarda “İlişki Ölçekleri Anketi” kullanılmıştır.

### 3.3.4. Beck Depresyon Ölçeği

Çalışma kapsamında kullanılan “Beck depresyon ölçeği (BDİ)”, Dr. Aaron T. Beck tarafından geliştirilmiş olan, çoktan seçmeli 21 sorudan oluşan depresyonun şiddetini ölçmekte kullanılan bir araçtır. Uygulayanlara bu sorular sorulur ve bizzat onlar için en uygun olanı hangisi ise onun söylenmesi istenir. Beck depresyon ölçeğinin ilk geçerlilik araştırılması poliklinik hastaları üzerinde yapıyor (Hisli ve Erten, 1984). Ülkemizde son zamanlarda geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Hisli ve Aktürk tarafından Türk üniversite öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 63’tür. Minimal depresyon 0-9 puan, Hafif depresyon 10-16 puan, Orta depresyon 17-29 puan ve Şiddetli depresyon 30-63 puan arasında belirlenecektir. Depresyonda görülen bedensel, duygusal, bilişsel belirtileri ölçmektedir. Toplam puanın yüksekliği depresyonun şiddetini gösterir. Güvenilirlik analizine göre Beck Depresyon Ölçeği uygulanan örneklem grubu için uygundur. Ölçeğin test tekrar test Güvenilirlik katsayısı puanı 0.78’dir. Toplamda 17 sorunun kullanıldığı BD Ölçeğinin almış olduğu iç tutarlık katsayısı (Cronbach alpha) 0.89 güvenilir kabul edilebilir.

“Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma stilleri, Ruminasyon ve Depresyon Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı yüksek lisans tezi çalışmasında iç tutarlık katsayısı 0.75 (Yağmur, 2018), “Üniversite Öğrencilerinin Anksiyete ve Depresyon Düzeylerinin Fiziksel Saldırganlık, Öfke, Düşmanlık ve Sözel Saldırganlık Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı tezinin iç tutarlık katsayısı 0.83 (Algur, 2019), “Zihinselleştirme kapasitesi ve depresyon ilişkisi” iç tutarlık katsayısı 0.71 (Özdem, 2018) ve “Çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesi” başlıklı tezinin iç tutarlık katsayısı ise 0.89 (Akçagöz, 2017) olduğu bulunmuştur. Bu araştırmalarda depresyon düzeyini belirlemek için “Beck Depresyon Ölçeği” kullanılmıştır.

### **3.4. Yapılacak Analizlere İlişkin Bilgiler**

Bu bölümde araştırmada kullanılacak olan istatistiksel analizlere ilişkin literatür bilgi verilecektir. Araştırmada kullanılan her üç ölçeğin de Türkçe'ye uyarlanmış ve geçerlik/güvenirliğinin yapılmış olması nedeniyle bu çalışma kapsamında ölçeklerin sadece Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir.

Veriler Şubat 2021 ile Nisan 2021 tarihleri arasında toplanmıştır. Katılımcıların araştırmaya katılması gönüllülük esasında oluşturulmuştur. Araştırmaya katılan öğrenciler Gönüllü onay formu ve Kişisel bilgi Formu, Beck Depresyon Ölçeği, Çok Boyutlu İlişki Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketi aynı zaman dilimi içerisinde yaklaşık 25-30 dakikada online anketin linkinden doldurtulmuştur. Eksik veya yanlış dolduran katılımcılar çalışmadan çıkarılmıştır.

#### **3.4.1. Veri Analiz Teknikleri**

Araştırmada katılımcılardan elde edilen veriler, Analizler için SPSS v27.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde cinsiyete göre analizler için Bağımsız örneklem t-testi (Independent two samples t-test), medeni duruma ve eğitim durumuna göre analizler için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA), Değişkenler arasındaki ilişkiyi anlamak adına Regresyon Analizi, Aracı değişkenin etkisinin tesbit edilmesi adına Hiyerarşik Regresyon Analizleri yapılmıştır.

#### 4. BULGULAR

Bu bölümde araştırma modeline uygun olarak geliştirilen hipotezlere ilişkin yapılacak analiz bulgularına yer verilecektir. İstatistiksel analizler yapılmadan önce araştırma ölçeklerinin normal dağılım gösterip göstermediği değerlendirilecektir. Daha sonra ölçeklerin normallik varsayımını karşılama durumlarına göre yapılması uygun olan analizler yapılacaktır.

Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi, ikili ilişki uyumu ve bağlanma stillerine ilişkisi incelemek amaçlı analizler yapılmış ve yorumlanmıştır. Eş zamanlı olarak bağımsız değişkenlere bağlı olarak ikili ilişki ve bağlanma stilleri farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla analizler gerçekleştirilmiştir.

##### 4.1. Katılımcıların Genel Yapısına İlişkin Frekans Dağılımı ve Değişkenlerin Güvenirlilik Katsayıları

Çizelge 4.1: Sosyodemografik Bilgilere İlişkin Yüzde Dağılımı Sonuçları

Demografik/Grup	N	%
<b>Cinsiyet</b>		
Kadın	223	56,3
Erkek	173	43,7
<b>Eğitim durumu</b>		
Önlisans	14	3,50
Lisans	253	63,9
Lisansüstü	129	32,6
<b>Medeni durum</b>		
Bekar	50	12,6
Sevgili	279	70,5
Nişanlı	46	11,6
Evli	5,30	

Çizelge 4.1’ de görüldüğü gibi araştırmaya katılan 396 katılımcının %43,7’ sini erkekler (173 katılımcı), %56,3’ ünü ise kadınlar (223katılımcı) oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan katılımcılardan % 38.1’i 18-21 yaş aralığında(151 katılımcı), yüzde % 53,3’ü 22-25 yaş aralığında(211 katılımcı), % 8,58’i ise 26 ve üzeri(34 katılımcı) katılımcıdan oluşmaktadır. Eğitim bilgilerine ilişkin yüzde dağılımı ise üniversite okumakta olan öğrenci katılımcılarda % 3,50’si Önlisans (14 katılımcı), % 63,9’u Lisans (253 katılımcı), % 32,6’sı Lisansüstü (129 katılımcı) öğrenci katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışma veya is durumuna göre çalışan öğrenci katılımcı sayısı % 39,9’u (158) ve çalışmayanların ise sayısı % 60,1 (238) oluşmaktadır. Medeni duruma göre katılımcıların % 12,6’sı yani 50si Bekar, %70,5’i yani 279’u Sevgili, % 11,6’i yani 46sı Nişanlı ve % 5,30’ü 21 katılımcı Evli bireylerden oluşmaktadır.

## 4.2. Ölçeklerin Açıklayıcı faktör analiz bulguları

### 4.2.1. Beck depresyon ölçeğinin Açıklayıcı faktör analizi

Araştırmada kullanılan Beck Depresyon Ölçeğinin yapı geçerliliğini test edebilmek için Açıklayıcı Faktör Analizi kullanılmıştır. 2-4 boyut ve 21 maddeden oluşan ölçeğin farklı araştırmalarda farklı boyutlar elde edildiği bilinmektedir. AFA analiz bulgularına göre ise 5 faktör olduğu belirlenmiştir. 0,400’den düşük olan 3, 8, 9 ve 15 nolu sorular her iki faktöre yük geldiği için çalışmadan sırasıyla çıkarılmış ve analizler her madde atımından sonra tekrar edilmiştir. Son gerçekleştirilen analiz sonucunda 5 boyut ve 17 madde kalan ölçeğin analiz bulguları aşağı kısımda detaylı şekilde verilmiştir.

**Çizelge 4.2:** Depresyon Düzeyine İlişkin Beck Depresyon Ölçeğinin Faktör Analizi Sonuçları: Faktör Analizin KMO ve Bartlett Testi Sonuçları

#### **KMO ve Bartlett testi**

KMO Örnekleme Yeterliliği Ölçüsü	.927
Yaklaşık Ki-Kare	2510.908
Serbestlik Derecesi (sb)	136
İstatistikî Önem	.000

Araştırmada kullanılan faktör analizinde Temel Birleşenler Analizi yapılmıştır. Örneklem yeterliliği ölçütü gözlenen korelasyon katsayıları büyüklüğü ile kısmi korelasyon katsayılarının büyüklüğünü karşılaştıran indekse Kaiser-Meyer-Olkin

indeksi denir. Bütün eşleştirilmiş değişkenlerin kısmi korelasyon katsayılarının karelerinin toplamı, korelasyon katsayılarının karelerinin toplamından küçük olduğunda KMO 1 değerini alır. KMO 0,90–1,00 arası olduğunda mükemmel, 0,80–0,89 arası çok iyi, 0,70–0,79 arası iyi, 0,60–0,69 arası orta, 0,50–0,59 arası zayıf ve 0,50 altında ise kabul edilemezdir. Alınan analiz sonucunda KMO 0,92 değeri mükemmel aralığında kabul edilmektedir (Akgül & Osman Çevik, 2003). Bartlett testi  $p=0.000<.05$  olması sebebiyle anlamlı çıkmaktadır.

**Çizelge 4.3:** Depresyon düzeyine ilişkin Beck Depresyon ölçeğinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizinin toplam varyans değerleri

Toplam varyans	Özdeğer	Ekstraksiyon toplam	
<i>Bileşenler</i>	<i>Toplam</i>	<i>varyans %si</i>	<i>birikimli %</i>
1	6.493	38.196	38.196
2	1.890	11.117	49.313
3	.962	5.658	54.971
4	.883	5.196	60.166
5	.796	4.685	64.851

Faktör analizinin bu kısmında herhangi bir sınırlama yapılmamıştır. Öz değeri 1 ve 1'den büyük olan faktörler analizlerde önemli olduğu bilinmektedir (Büyüköztürk,2002). Yukarıdaki grafiklerde analiz sonucu varyansların oranları ve alınan faktörler gösterilmiştir. Grafiklerden de görüldüğü üzere öz değeri en yüksek olan 1ci faktörün (6.493) varyans oranı %38.196, 2'ci faktörün varyans oranı ise 1.890 olarak belirlenmiştir. Analizde belirlenen 5 faktör için Birikimli Varyans miktarının ise 64.851, faktör yükü 1'den büyük olan birikimli varyans miktarının ise 49.313 olduğu açıklanmıştır. Değişen varyans oranları %40 ile %60 arası ideal değerlendirildiği için (Scherer,1988), analiz sonucu alınan değer uygun olduğu kabul edilmektedir.

**Çizelge 4.4:** Depresyon Düzeyine İlişkin Beck Depresyon Ölçeğinin Faktör Analizi Sonuçları, Faktör Analizi Sonuç Elde Edilen Alt Boyutlar Ve Faktör Yükleri.

Boyutlar	Değişkenler	Faktör yükleri
	Uyumakta zorlanıyorum-16	.754
	Karar vermekte zorlanmak -13	.703
	Yorgun hissetmek-17	.695
<b>Somatik</b>	Kendime çirkin hissetmek-14	.682
	Istahda azalma hiss ediyorum-18	.677
	Kilo kaybım var-19	.630



Çizelge 4.4: Devamı

	Kendini begenmekte zorlanmak-7	.708
<b>Bilişsel</b>	Uzuntu ve sıkıntılı hissediyorum-1	.691
	Cezalandırılacağını hissetmek-6	.660
	Mutsuz ve karamsarım-2	.590
	Sinirli hissediyorum-11	.767
<b>Negative- Öz tutum</b>	Ağlamak isteği-10	.626
	Başkalarıyla konuşmak istememek-12	.616
<b>Kendini</b>	Hiç bir şeyden zevk alamamak-4	.784
<b>Suçlama</b>	Suçlu hissediyorum-5	.707
<b>Performans</b>	Sağlık konusunda endişe duymak-20	.824
<b>Güçlüğü</b>	Cinsel konularda isteksizlik-21	.801

Bulgulara göre ölçekte yer alan birleşenlerin faktör yüklerinin istatistiki olarak anlamlı ( $p<0,05$ ) olduğu incelenmiştir. Faktör yükleri birleşenlerle altboyutlar arasındaki ilişkiyi açıklayan katsayı olarak bilinmektedir. Orijinal ölçekte 2-7 altboyut ve 21 maddeden oluşmaktadır. Yapılan AFA sonucu Beck Depresyon Ölçeğinin 5 altboyut ve 17 maddenin olduğu incelenmiştir.

Faktör döndürme sonrası birinci faktörde 6 madde, ikinci faktörde ise 4 madde, üçüncü faktörde 3 madde, dördüncü faktörde 2 madde ve sonuncu beşinci faktörde 2 maddenin olduğu saptanmıştır. 1'ci boyutta yer alan madde faktör yükleri 0.754-0.630 aralığında, 2'ci boyuttaki faktör yükleri ise 0.708-0.590 aralığında, 3'cü boyuttaki faktör yükleri 0.767-0.616, 4'cüdeki 0.784-0.707 ve 5'ci ise 0.824-0.801 aralığında değişmektedir.

Boyutlara isim verilme kısmında ise maddelerin orijinal ölçeğin 2-7 faktör aralığında değiştiği ifade edilmiştir (Beck ve ark., 1988; Richter, Werner, & Bastine, 1994; Welch, Hall, & Walkey, 1990; F. Afşar, 2007). Açımlayıcı faktör analizlerinde isimlendirme önemli bir sorundur ve tüm faktörleri kapsayacak şekilde isimlendirilmesi gerekmektedir (Yıldız, 2007). 1'ci altboyutta yer alan maddeler (uyku bozukluğu, kararsızlık, yorgunluk, bedensel imajın çarpıtılması, iştahsızlık, kilo kaybı) depresyonun somatik belirtilerini içeren maddelerden ibaret olduğu için “somatik”, 2'ci altboyutta (üzüntü veya sıkıntı, karamsarlık, cezalandırma duygusu, memnuniyetsizlik) maddeler bilişsel belirtilerden işaret olduğu için “bilişsel”, 3'cü altboyut (ağlama nöbetleri, sinirlilik, sosyal çekilme) “negatif öz tutum”, 4'cü

altboyut (tatminsizlik, suçluluk duygusu) “kendini suçlama”, 5’ci altboyut ise (sağlık sorunu, cinsel isteksizlik) “Performans güçlüğü” (Arkar, Şafak, 2004) olarak isimlendirilmiştir.

## 4.2. Ölçeklerin Açımlayıcı faktör analiz bulguları

### 4.2.2. Çok Boyutlu ilişki ölçeğinin Açımlayıcı faktör analizi

Çok Boyutlu İlişki ölçeği faktör analizi yapılırken Temel Birleşenler Yöntemi kullanılmıştır. Seçenekler arasında varimaks döndürme yöntemi seçilmiştir. ÇBİÖ ölçeğinin orijinali 8 faktör 53 maddede içermektedir. İlk analizinde Faktör yükü 0.400’den küçük olan 1, 3, 8, 10, 12, 15, 17, 18, 21, 24, 30, 33, 34, 35, 36 numaralı sorular analizden sırasıyla çıkarılmış ve her madde atımından sonra varimaks döndürme yöntemi ile tekrar analiz edilmiştir. Yapılan son analizde ÇBİÖ 8 faktör 38 maddeden oluşmaktadır. AFA yükleri ve varyans oranları ise aşağıdaki gösterilmektedir.

**Çizelge 4.5:** İkili İlişki uyumuna ilişkin Çok Boyutlu İlişki Ölçeği Anketinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizinin KMO ve Bartlett testi sonuçları

<b>KMO ve Bartlett testi</b>	
KMO Örnekleme Yeterliliği Ölçüsü	.942
Yaklaşık Ki-Kare	7441.647
Serbestlik Derecesi (sb)	703
İstatistikî Önem	.000

Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Açıklayıcı Faktör Analizinde KMO =0.942 değerinin mükemmel aralıkda olduğu belirtilmiştir. Bartlett değeri  $p=0.000<.05$  anlamlıdır.

**Çizelge 4.6:** İkili İlişki uyumuna ilişkin Çok Boyutlu İlişki Ölçeği Anketinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizinin toplam varyans değerleri

<b>Toplam varyans</b>	<b>Özdeğer</b>		<b>Ekstraksiyon toplam</b>
<i>Bileşenler</i>	<i>Toplam</i>	<i>varyans %si</i>	<i>birikimli %</i>
1	13.330	35.078	35.078
2	2.460	6.474	41.552
3	2.028	5.336	46.888
4	1.404	3.694	50.582
5	1.336	3.517	54.099
6	1.156	3.043	57.142

**Çizelge 4.6: Devamı**

7	.974	2.564	59.706
8	.906	2.385	62.091

ÇBİÖ'nün faktör analizi sonucu bulgularında toplam açıklanan 8 faktör belirtmiştir. Öz değeri 1'den büyük olduğunu gözlemlenen sadece 6 faktör bulunmaktadır. Çizelge 2b'de analiz sonucu varyansların oranları ve alınan faktörler gösterilmiştir. Öz değeri en yüksek olan 1'ci faktörün (13.330) varyans oranı % 35.078. Analizde belirlenen 8 faktör için Birikimli Varyans miktarının ise 65.091, faktör yükü 1den büyük olan birikimli varyans miktarının ise 57.142 olduğu açıklanmıştır. Değişen varyans oranları genellikle % 40 ile % 60 arası ideal değerlendirilmektedir (Scherer, 1988). Faktör analizinde sonuçlanan değer uygun olduğu (57.142) kabul edilmektedir.

**Çizelge 4.7: İkili İlişki uyumuna ilişkin Çok Boyutlu İlişki Ölçeği Anketinin Faktör Analizi sonuçları. Faktör analizi sonucu elde edilen alt boyutlar ve faktör yükleri.**

Boyutlar	Değişkenler	Faktör yükleri
	İlişkilerimde çok daha iyiyim-43	.727
	İlişkide olup sürdürmeyi isterim-47	.699
	Zamanımın çoğunu ilişkileri düşünürüm-45	.646
<b>İlişkiye Yüksek düzeyde odaklanma</b>	İlişkimin kader/kısmet işidir-51	.635
	İlişimde istediklerimi genellikle ifade ederim-49	.630
	İlişkiye verilen tepkilere duyarlıyım-41	.578
	İlişki içinde olmayı arzuluyorum-25	.566
	İlişiler benim için çok doyurucu-53	.512
	İlişimde kendime oldukça güvenirim-44	.751
	İsteklerimi dile getirmekten çekinmem-38	.709
	İlişki içinde olmak beni korkutmaz-42	.689
<b>Kendine Güven</b>	İlişkim benim kontrolüm altındadır-46	.682
	İlişkiler temel beklentilerimi karşılıyor-32	.564
	İlişimde pek çok insana göre daha iyiyim-22	.532
	İlişkilerde şansın büyük olduğuna inanıyorum-40	.522
	İlişkilerimde şansın büyük etkisi var-29	.693
	İstediklerimi dile getirmekte passifimdir-27	.670

**Çizelge 4.7: Devamı**

<b>Dışsal ilişki</b>	İlişkilerim tesadufi olarak gelişmiştir-7	.657
<b>Kontrolü</b>	İl. başkalarına görünme şekline önem veririm-19	.614
	Zihnimi meşkül eder-23	.597
	Yakın ilişkilerde gerginim -16	.690
<b>İlişki</b>	Başkaları ile gerginim-26	.689
<b>Girişkenliği</b>	Cesaretimin kırıldığını hiss ediyorum-28	.602
	Yakın ilişkilerde utangaç hiss ediyorum-48	.675
<b>İçsel ilişki</b>	İlişkileimi düşündüğümde üzülüyorum-50	.662
<b>Kontrolü</b>	ilişkiye verilen tepkilere dikkat ederim-52	.647
	İlişki isteğim, güdüm çok fazla-4	.728
<b>İlişki İzlenimi</b>	sürekli ilişkiler üzerine düşünürüm-2	.664
<b>Ayarlama</b>	İlişkimde kendimi depresif hiss ederim-6	.533
	İlişkilerimi düşünmeye zaman ayırırım-14	.512
	Kendi davranışlarım ilişimde esas belirleyicidir-13	.681
<b>İlişki</b>	İyi bir partner olduğumu düşünüyorum-11	.639
<b>Doyumu</b>	İlişkilerim kendimi sınırlı kaygılı hissetdirir-5	.555
	İlişkiye girmek beni ürkütür-9	.554
	İlişkilerimde diğerlerine göre daha kaygılıyım-37	.556
<b>İlişki Korkusu/</b>	Hayal kırıklığına uğramış hiss ediyorum-39	.530
<b>/Kaygısı</b>	Yakın ilişkilerimden korkarım-20	.526
	Zaman zaman ilişkiye girmekten korkarım-31	.485

Faktör döndürme sonrası birinci faktörde 8 madde, ikinci faktörde ise 7 madde, üçüncü faktörde 5 madde, dördüncü faktörde 3 madde ve beşinci faktörde 3 madde, altıncı faktörde 4, yedinci faktörde 4 ve sonuncu sekizincide de 4 maddenin olduğu saptanmıştır. 1’ci boyutta yer alan madde faktör yükleri 0.727-0.512 aralığında, 2’ci boyuttaki faktör yükleri ise 0.751-0.522 aralığında, 3’cü boyuttaki faktör yükleri 0.693-0.597, 4’cüdeki 0.690-0.602 ve 5’cide 0.675-0.647 , 6’ci boyuttaki faktör yükleri ise 0.728-0.512, 7’ci boyuttaki faktör yükleri ise 0.681-0.554, 8’ci boyuttaki faktör yükleri ise 0.556-0.485 aralığında değişmektedir.

1’ci altboyutta yer alan 43, 47, 45, 51, 49, 41, 25, 53 numaralı soruların çoğunu yakın ilişkilerde ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma boyutu belirtilerini içerdiği için “ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma”, 2’ci altboyutta 44, 38, 42, 46, 32, 22, 40

numaralı soruların çoğunu kendine güvenle ilgili olduğu için “kendine güven”, 3’cü altboyutta 29, 27, 7, 19, 23 sorular ilişkide dışsal nedenlerle ilgili olduğu için “dışsal ilişki kontrolü”, 4’cü altboyutta 16, 26, 28 numaralı sorular ilişkide girişkenliği içerdiği için “ilişki girişkenliği”, 5’ci altboyutta 48, 50, 52 numaralı sorular ilişkide içsel konuları içerdiği için “içsel ilişki kontrolü”, 6’cı altboyutta 4, 2, 6, 14 numaralı sorular ilişkide izlenim ayarlamaya dair bilgiler içerdiği için “ilişki izlenimi ayarlama”, 7’ci altboyutta 13, 11, 5, 9 numaralı sorular ise ilişkide doyumla ilgili oldukları için “ilişki doyum”, 8’ci altboyutta ise 37, 39, 20, 31 sorular ise ilişki korkusu, kaygı ve endişe içerdiği için “ilişki korku/kaygısı” (A. Büyükşahin, 2005) olarak isimlendirilmiştir.

## 4.2. Ölçeklerin Açımlayıcı faktör analiz bulguları

### 4.2.3 İlişki ölçekleri anketinin Açımlayıcı faktör analizi

İlişki Ölçekleri Anketinin AFA analizlerinde Temel Birleşenler Yöntemi kullanılmış ve varimaks döndürme yöntemi seçilmiştir. İÖA ölçeği 4 faktör 30 maddeden oluşuyor ve sadece 17’si 4 bağlanma stili için kullanılıyor (Bartholomew, K., & Horowitz, L.M. 1991; Sümer, 1999). Sümer (1999) tarafından Türkçeye adaptasyonu yapılarak araştırmalar için sadece 17 madde kullanılmaktadır. İlk yapılan analizde maddelere gelen eksi yükler ters kodlanmış ve faktör yükü 0.400’den küçük olan 1, 5, 9, 10, 12, 13, 18, 28, 29 nolu 9 madde analizden sırasıyla çıkarılmış ve her madde atımından sonra tekrar döndürme yöntemi ile analizler yapılmıştır. Tek bir faktör altında tüm maddeler yer alması durumuna ve faktör altında yeterli madde olmaması durumlarına dikkat edilmiştir. Son analizde ise İÖA ölçeği 4 faktör 21 madde belirtilmiştir. Daha detaylı bilgi ise aşağıda yer almaktadır.

**Çizelge 4.8:** Bağlanma Stillere İlişkin İlişki Ölçekleri Anketinin Faktör Analizi Sonuçları. Faktör Analizin KMO ve Bartlett Testi Sonuçları

<b>KMO ve Bartlett testi</b>	
KMO Örnekleme Yeterliliği Ölçüsü	.911
Yaklaşık Ki-Kare	3504.541
Serbestlik Derecesi (sb)	210
İstatistikî Önem	.000

Örnek büyüklüğünün faktör analizi için uygun olup olmadığının anlaşılması yukarıdaki grafikten de görüldüğü üzere KMO testi değeri 0.911 düzeyindedir. 0.911

değeri KMO 0,90–1,00 arasına denk geldiği için mükemmel aralığında kabul edilmektedir (Akgül & Osman Çevik, 2003). Bartlet testi  $p=0.000<.05$  olması sebebiyle anlamlı çıkmaktadır.

**Çizelge 4.9:** Bağlanma Stillerine İlişkin İlişki Ölçekleri Anketinin Faktör Analizi Sonuçları. Faktör Analizinin Toplam Varyans Değerleri

Toplam varyans	Özdeğer	Ekstraksiyon toplam	
<i>Bileşenler</i>	<i>Toplam</i>	<i>varyans %si</i>	<i>birikimli %</i>
1	7.596	36.173	36.173
2	2.039	9.707	45.880
3	1.354	6.446	52.327
4	1.241	5.911	58.238

AFA analizi sonucu öz değeri 1'den büyük 4 faktör bulunmuştur. Toplam varyans oranı %58.238 olduğu belirtilmiştir. Çok Faktörlü çalışmalarda açıklanacak varyansın %40'ın altında olması uygun görülmektedir (Çokluk ve ark., 2012). İÖA ölçeğinin faktör varyansları ne kadar yüksek olması, ölçeğin faktör yapısının güçlü olduğu anlamına gelir. Bulunan toplam varyans oranı (%58.238) AFA için uygun görülmektedir.

**Çizelge 4.10:** Bağlanma Stillerine İlişkin İlişki Ölçekleri Anketinin Faktör Analizi Sonuçları. Faktör Analizi Sonucu Elde Edilen Alt Boyutlar Ve Faktör Yükleri

Boyutlar	Değişkenler	Faktör yükleri
<b>Güvenli</b>	Başkalarına rahatlıkla güvenli bağlanırım-15	.769
	Kendi kendime yetdiğimi hiss etmek önemli -17	.761
	Benimle kalmak isteyeceğini düşünüyorum-21	.720
	Başkalarının ilgisiz olduğunu düşünmüyorum-25	.679
	Terk edilmek beni korkutmaz-23	.668
	Başkalarına bağlanmamamak en iyi tercih -7	.622
	Verilen değer menimki kadar olmadığından kaygılanırım-11	.558
<b>Korkulu</b>	Başkaları ile yakınlık beni rahatsız eder-24	.754
	Birisi bana yaklaştığında rahatsızlık duyarım-20	.717
	Bağlanmamayı tercih ederim-26	.705
	Başkaları beni abul etmez diye korkarım-14	.678
	Bana bağlanmamalarını tercih ederim-22	.675
Yalnız kalmaktan korkarım -16	.648	

**Çizelge 4.10: Devamı**

<b>Saplantılı</b>	Kendimi bağımsız hiss etmek önemli-2	.755
	Kabul edilmemekden korkarım -19	.664
	İnsanları yanımda bulacağımı biliyorum-27	.576
	Yakınlaşırsam incileteceğimden korkarım-4	.563
<b>Kayıtsız</b>	Yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünmüyorum-8	.817
	Duygusal hakınlık istiyorum-6	.721
	Yakınlaşmayı nisbeten kolay bulurum-30	.587
	Başkalarına kolaylıkla güvenemem-1	.584

İlişki Ölçekleri Anketi güvenli, korkulu, saplantılı, kayıtsız olmak üzere 4 faktörden oluşmaktadır. Birinci faktör olan güvenli boyut 7 madde, korkulu boyut 6 madde, saplantılı boyut 4 madde, kayıtsız boyut ise 4 madde içermektedir. İlk sırada yer alan güvenli alt boyutunun faktör yükleri 0.769-0.558 aralığında, korkulu alt boyutu 0.754-0.648 aralığında, Saplantılı alt boyutu 0.755-0.563 aralığında, kayıtsız alt boyutu ise 0.817-0.576 aralığında yerleşmektedir.

1'ci altboyutta yer alan maddeler güvenli bağlanma belirtilerini içeren maddelerden ibaret olduğu için “güvenli”, 2'ci altboyuttaki maddeler korkulu bağlanma belirtilerden içerdiği için “korkulu”, 3'cü altboyut saplantılı özelliklerini taşıdığı için “saplantılı”, 4'cü altboyutta ise kayıtsız belirtileri içerdiği için “kayıtsız” (N. Sümer, D. Güngör, 1999) olarak isimlendirilmiştir.

### **4.3. Araştırma Verilerinin Parametrik İstatistik Yöntemlerine Uygunluğunun Sınanması**

#### **4.3.1. Beck depresyon ölçeğinin alt boyutlarının normallik analizi**

**Çizelge 4.11: Beck Depresyon Ölçeğinin Alt Boyutlarının Normallik Varsayımının İncelenmesi**

<b>Ölçekler</b>	<b><math>\bar{x}</math></b>	<b>Medyan</b>	<b>Eğiklik</b>	<b>Basıklık</b>	<b>Standart Hata</b>
Somatik	13.06	14.00	-1.141	.929	.217
Bilişsel	8.79	9.00	-1.025	.648	.134
Negativ_öz_tutum	6.54	7.00	-1.007	.695	.111
kendini_suçlama	4.51	5.00	-.987	.852	.070

**Çizelge 4.11: Devamı**

performans_güçlüğü	4.55	5.00	-.894	.217	.076
BDÖ Toplam	37.44	40.00	-.875	.289	.470

Beck depresyon ölçeği ve alt boyutlarının normallik varyansının incelemesi için analiz yapılmıştır. Çıkan sonuçta ortalama, medyan, eğiklik, basıklık ve standart hata katsayıları kullanılmıştır. Ortalama ve Median değerlerinin aralarındaki farkın az olduğu incelenmiştir. Eğiklik ve basıklık katsayılarının  $\pm 2$  sınırları içerisine düşmesi nedeniyle elde edilen dağılımın normal dağılımdan geldiği beklenmektedir. Normal dağılım sağlandığı için parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

#### 4.3.2. Çok Boyutlu ilişki ölçeğinin alt boyutlarının normallik analizi

**Çizelge 4.12: Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Alt Boyutlarının Normallik Varsayımının İncelenmesi**

Ölçekler	$\bar{x}$	Medyan	Eğiklik	Basıklık	Standart Hata
İYDO	27.7626	30.00	-.583	-.501	.39200
Kendine_güven	24.0581	25.00	.647	.196	.32823
DİK	17.0202	18.00	-.507	.551	.25827
ilişki_girişkenliği	9.5505	10.00	.219	.859	.16218
İİK	9.7803	10.00	.384	-.747	.16779
İİA	13.0606	14.00	-.620	-.252	.18844
ilişki_doyumu	13.5909	14.00	.680	-.089	.19529
İKK	13.4444	14.00	.460	-.355	.19725
ÇBiÖ Toplam	128.2677	138.00	-1.100	.472	1.4994

IDYO= İlişkiye yüksek düzeyde odaklanma, DİK=dışsal ilişki kontrolü, İİK= içsel ilişki kontrolü, İİA= İlişki izlenimi ayarlama, İD= İlişki doyumu, İİK= İlişki korkusu ve kaygısı.

Çok boyutlu ilişki ölçeğinin kendisi ve alt boyutları için yapılan normallik analizi sonucunda aritmetik ortalama ve medyan değerlerinin çok yakın olduğu incelenmiştir. Eğiklik ve basıklık değerlerinin ise  $\pm 2$  sınırı içerisinde olması nedeniyle normal dağılım gösterdiğini incelenmiştir.



### 4.3.3. İlişki ölçekleri anketinin alt boyutlarının normallik analizi

**Çizelge 4.13:** İlişki Ölçekleri Anketinin Alt Boyutlarının Normallik Varsayımının İncelenmesi

Ölçekler	$\bar{x}$	Medyan	Eğiklik	Basıklık	Standart Hata
Güvenli	30.7601	32.0000	-.525	-.383	.48278
Korkulu	26.9318	29.0000	-.510	-.387	.40787
Saplantılı	19.2172	20.0000	-.930	.541	.25846
Kayıtsız	17.8232	19.0000	-.680	-.164	.26014
İÖA Toplam	94.7323	101.00	-1.054	.833	1.13020

İlişki Ölçeği anketinin kendisi ve alt boyutları için yapılan normallik analizi sonucu Ortalama ve Median katsayılarının çok yakın olduğu incelenmiştir. Eğiklik ve basıklık katsayılarının  $\pm 2$  sınırları içerisinde düşmesi nedeniyle elde edilen dağılımın normal dağılımdan geldi beklenmektedir. Normal dağılım sağlandığı için parametrik testlerin kullanılmasına karar verilmiştir.

### 4.4. Beck depresyon ölçeğinin sosyo-demografik değişkenlere göre incelenmesi

#### 4.4.1. Beck depresyon ölçeği ile cinsiyet arasındaki ilişkinin incelenmesi

**Çizelge 4.14:** Beck Depresyon Ölçeğinin Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem T Testi Bulguları.

Ölçek/Alt boyutlar	Cinsiyet	N	Ort	SS	T	Sd	P
Somatik	Kadın	223	12.98	4.132	-.411	394	.072
	Erkek	173	13.16	4.553			
Bilişsel	Kadın	223	8.66	2.566	-1.071	394	.387
	Erkek	173	8.95	2.779			
Negativ_öz_tutum	Kadın	223	6.35	2.202	-2.004	394	.927
	Erkek	173	6.79	2.197			
kendini_suçlama	Kadın	223	4.45	1.364	-1.044	394	.963
	Erkek	173	4.60	1.422			
performs_güçlüğü	Kadın	223	4.44	1.493	-1.629	394	.802

Çizelge 6'de, 18-40 yaş arası eğitim alan öğrenci bireylerin cinsiyete göre Beck Depresyon Ölçeği alt boyutlarına göre aldıkları ortalama puanların anlamlı farklılık gösterip göstermediğinin tespit etmek için Bağımsız T-testi yapılmıştır. Sonuçta göre, ortalamalar arasındaki anlamlı farklılaşma görülmediği saptanmıştır ( $p>.05$ ).

#### 4.4.2. Beck depresyon ölçeği ile eğitim durumu ile ilişkinin incelenmesi

**Çizelge 4.15:** Beck Depresyon Ölçeğinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi

Ölçek/Alt boyut	Eğitim Durum	N	Ort	SS	df	F/ p
Somatik	Lisans	253	12.71	4.695	393	2.308
	Önlisans	14	13.71	3.496		.101
	Lisansüstü	129	13.67	3.489		
	Total	396	13.06	4.316		
Bilişsel	Lisans	253	8.61	2.668	393	1.668
	Önlisans	14	9.43	3.631		.190
	Lisansüstü	129	9.06	2.515		
	Total	396	8.79	2.662		
NÖT	Lisans	253	6.45	2.157	393	.893
	Önlisans	14	6.21	2.293		.410
	Lisansüstü	129	6.74	2.299		
	Total	396	6.54	2.208		
KS	Lisans	253	4.47	1.401	393	1.490
	Önlisans	14	4.07	1.592		.227
	Lisansüstü	129	4.65	1.338		
	Total	396	4.51	1.390		
PG	Lisans	253	4.47	1.590	393	1.268
	Önlisans	14	5.00	1.468		.283
	Lisansüstü	129	4.65	1.333		
	Total	396	4.55	1.508		

NÖT= negatif öz tutum, KS= kendini suçlama, PG= performans güçlüğü

Üniversitede eğitim gören katılımcı öğrencilerin beck depresyon ölçeği alt boyutlarının eğitim duruma göre ortalamalar arası anlamlı farkları tesbit edilmemiştir ( $p > .05$ ).

#### 4.4.3. Beck depresyon ölçeği ile medeni durumu arasındaki ilişkinin incelenmesi

**Çizelge 4.16:** Beck Depresyon Ölçeğinin Medeni Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi

Ölçekler/Alt boyut	Medeni durum	N	Ort	SS	Df	F/P
Somatik Sevgili	Bekar	50	13.02	4.118	392	.786
		279	13.11	4.469		.502
	Nişanlı	46	13.39	3.667		
	Evli	21	11.71	4.039		
	Total	396	13.06	4.316		
Bilişsel	Bekar	50	8.72	2.756	392	.944
		279	8.85	2.529		.419
	Nişanlı	46	8.91	2.787		
	Evli	21	7.86	3.732		
	Total	396	8.79	2.662		
NÖT	Bekar	50	5.70	2.332	392	5.251
		279	6.74	2.067		<b>.001</b>
	Nişanlı	46	6.74	2.361		
	Evli	21	5.43	2.712		
	Total	396	6.54	2.208		
KS	Bekar	50	4.32	1.362	392	4.344
		279	4.54	1.351		<b>.005</b>
	Nişanlı	46	4.91	1.262		
	Evli	21	3.67	1.853		
	Total	396	4.51	1.390		
PG	Bekar	50	4.76	1.492	392	.448
		279	4.52	1.512		.719
	Nişanlı	46	4.57	1.440		
	Evli	21	4.38	1.687		
	Total	396	4.55	1.508		

NÖT= negatif öz tutum, KS= kendini suçlama, PG= performans güçlüğü

Beck depresyon ölçeğinin medeni durumuna göre tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi yapılmıştır. Analiz sonucu negatif öz tutum ve kendini suçlama alt boyutlarının medeni duruma göre anlamlı farklılaşma gösterdiği saptanmıştır ( $p < .05$ ). Diğer alt boyutlarda ise ortalamalar arası anlamlı fark tesbit edilmemiştir ( $p > .05$ ).

#### 4.5. Çok Boyutlu ilişki ölçeğinin Sosyo-Demografik Değişkenler ile İlişkilere Dair Bulgular

##### 4.5.1. Çok boyutlu ilişki ölçeğinin cinsiyet ile ilişkinin incelenmesi

Çizelge 4.17: Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu

Ölçek/Alt boyutlar	Cinsiyet	N	Ort	SS	T	Sd	P
İYDO	kadın	223	27.394	7.618	.354	394	.552
	erkek	173	28.237	8.026			
Kendine_güven	kadın	223	24.201	6.154	.314	394	<b>.022</b>
	erkek	173	23.872	7.001			
DİK	kadın	223	16.977	5.068	.278	394	.599
	erkek	173	17.075	5.244			
ilişki_girişkenliği	kadın	223	9.663	3.152	1.793	394	.181
	erkek	173	9.404	3.325			
İİK	kadın	223	9.937	3.209	2.736	394	.099
	erkek	173	9.578	3.497			
İİA	kadın	223	13.026	3.619	1.658	394	.199
	erkek	173	13.104	3.922			
İD	kadın	223	13.757	3.813	.625	394	.430
	erkek	173	13.375	3.978			
İİK	kadın	223	13.287	3.892	.053	394	.819
	erkek	173	13.647	3.968			

IDYO= İlişkiye yüksek düzeyde odaklanma, DİK=dışsal ilişki kontrolü, İİK= içsel ilişki kontrolü, İİA= İlişki izlenimi ayarlama, İD= İlişki doyumu, İİK= İlişki korkusu ve kaygısı.

Çizelge 4.17’de, Çok Boyutlu ilişki Ölçeği alt boyutlarının cinsiyete göre Bağımsız T-testi yapılmıştır. “Kendine güven” alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı farklılaştığı saptanmıştır ( $p < .05$ ). Diğer alt boyutlarda ortalama puanları arası anlamlı farklılaşma görülmediği incelenmiştir ( $p > .05$ ).

##### 4.5.2. Çok boyutlu ilişki ölçeğinin medeni durumu ile ilişkinin incelenmesi

Çizelge 4.18: Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Medeni Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi

Ölçek/Alt boyutlar	Medeni durum	N	Ort	SS	Sd	F	P
İYDO	Bekar	50	28.3	67.235	392	.113	.952

Sevgili	279	27.69	8.012
Nişanlı	46	27.63	8.061
Evli	21	27.57	5.810
Total	396	27.76	7.800

**Çizelge 4.18: Devamı**

Kendine_güven	Bekar	50	25.32	5.881	392	.728	.536
	Sevgili	279	23.86	6.763			
	Nişanlı	46	23.82	6.495			
	Evli	21	24.19	4.739			
	Total	396	24.05	6.531			
DİK	Bekar	50	17.66	5.172	392	.613	.607
	Sevgili	279	16.80	5.183			
	Nişanlı	46	17.58	5.157			
	Evli	21	17.14	4.519			
	Total	396	17.02	5.139			
İG	Bekar	50	9.60	3.238	392	.748	.524
	Sevgili	279	9.43	3.314			
	Nişanlı	46	10.19	2.925			
	Evli	21	9.61	2.616			
	Total	396	9.55	3.227			
İİK	Bekar	50	10.183	3.249	392	.284	.837
	Sevgili	279	9.71	3.469			
	Nişanlı	46	9.69	2.920			
	Evli	21	9.85	2.707			
	Total	396	9.78	3.339			
İİA	Bekar	50	13.36	3.281	392	.196	.899
	Sevgili	279	13.02	3.866			
	Nişanlı	46	13.13	4.102			
	Evli	21	12.66	2.287			
	Total	396	13.06	3.749			
İD	Bekar	50	14.32	3.303	392	.982	.401
	Sevgili	279	13.38	3.926			
	Nişanlı	46	13.86	4.405			
	Evli	21	13.95	3.368			
	Total	396	13.59	3.886			
İKK	Bekar	50	12.98	3.787	392	.480	.696
	Sevgili	279	13.44	3.994			
	Nişanlı	46	13.60	3.969			
	Evli	21	14.14	3.290			
	Total	396	13.44	3.925			

IDYO= İlişkiye yüksek düzeyde odaklanma, DİK=dışsal ilişki kontrolü, İİK= içsel ilişki kontrolü, İİA= İlişki izlenimi ayarlama, İD= İlişki doyumu, İKK= İlişki korkusu ve kaygısı.

Yukarıdaki çizelgede çok boyutlu ilişki ölçeği alt boyutlarının medeni durumuna göre tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Katılımcı öğrencilerin medeni duruma göre ortalamalar arası anlamlı farklılaşma görülmediği incelenmiştir ( $p>.05$ ).

#### 4.5.3. Çok boyutlu ilişki ölçeğinin eğitim durumu ile ilişkisinin incelenmesi

**Çizelge 4.19:** Çok Boyutlu İlişki Ölçeğinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi Sonuçları

Ölçek/Alt boyutlar	Eğitim durumu	N	Ort	SS	Sd	
İYDO	Lisans	253	27.34	7.937	394	1.070
	Önlisans	14	29.28	6.626	.344	
	Lisansüstü	129	28.41	7.633		
	Total	396	27.76	7.800		
Kendine_güven	Lisans	253	23.90	6.678	394	.251
	Önlisans	14	24.85	5.245	.778	
	Lisansüstü	129	24.27	6.394		
	Total	396	24.05	6.531		
DİK	Lisans	253	16.75	5.253	394	1.407
	Önlisans	14	18.78	4.560	.246	
	Lisansüstü	129	17.34	4.947		
	Total	396	17.02	5.139		
ilişki_girişkenliği	Lisans	253	9.51	3.261	394	.248
	Önlisans	14	10.14	3.676	.781	
	Lisansüstü	129	9.55	3.127		
	Total	396	9.55	3.227		
İİK	Lisans	253	9.70	3.379	394	.617
	Önlisans	14	10.71	2.920	.540	
	Lisansüstü	129	9.82	3.308		
	Total	396	9.78	3.339		
İİA	Lisans	253	13.05	3.847	394	.071
	Önlisans	14	13.42	3.227	.931	
	Lisansüstü	129	13.03	3.629		
	Total	396	13.06	3.749		
İD	Lisans	253	13.58	3.974	394	.197
	Önlisans	14	14.21	3.092	.822	
	Lisansüstü	129	13.52	3.805		
	Total	396	13.59	3.886		

İKK	Lisans	253	13.27	4.046	394	.779
	Önlisans	14	14.21	3.724		.460
	Lisansüstü	129	13.69	3.703		
	Total	396	13.44	3.925		

IDYO= İlişkiye yüksek düzeyde odaklanma, DİK=dışsal ilişki kontrolü, İİK= içsel ilişki kontrolü, İİA= İlişki izlenimi ayarlama, İD= İlişki doyumu, İİK= İlişki korkusu ve kaygısı.

Yukarıdaki çizelgede çok boyutlu ilişki ölçeği alt boyutlarının eğitim durumuna göre tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Katılımcı öğrencilerin eğitim duruma göre ortalamalar arası anlamlı farklılaşma görülmediği incelenmiştir ( $p > .05$ ).

#### 4.6. İlişki ölçekleri anketi ile Sosyo-Demografik Değişkenler Arasındaki İlişkilere Dair Bulgular

##### 4.6.1. İlişki ölçekleri anketinin cinsiyet ile ilişkinin incelenmesi

**Çizelge 4.20:** İlişki Ölçekleri Anketi Ölçeğinin Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumu

Ölçek/Alt boyutlar	Cinsiyet	N	Ort	SS	T	Sd	P
Güvenli	kadın	223	30.61	9.725	.217	394	.641
	erkek	173	30.94	9.478			
Korkulu	kadın	223	26.54	7.718	2.996	394	.084
	erkek	173	27.43	8.599			
Saplantılı	kadın	223	19.30	5.090	.168	394	.682
	erkek	173	19.10	5.223			
Kayıtsız	kadın	223	17.69	5.086	.276	394	.599
	erkek	173	17.98	5.301			

Yapılan T-testi analiz sonucu Bağlanma stilleri ortalama puanları kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı farklılaşma göstermediği incelenmiştir ( $p > .05$ ).

##### 4.6.2. İlişki ölçekleri anketinin medeni durum ile ilişkinin incelenmesi

**Çizelge 4.21:** İlişki Ölçekleri Anketi Ölçeğinin Medeni Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi

Ölçek/Alt boyutlar	Medeni durum	N	Ort	SS	Sd	F	P
--------------------	--------------	---	-----	----	----	---	---

Güvenli	Bekar	50	32.92	7.663	1.127	394	.338
	Sevgili	279	30.60	9.930			
	Nişanlı	46	30.00	8.816			
	Evli	21	29.28	10.849			
	Total	396	30.76	9.607			

**Çizelge 4.21:** Devamı

Korkulu	Bekar	50	26.12	6.870	.251	394	.861
	Sevgili	279	26.96	8.557			
	Nişanlı	46	27.52	6.978			
	Evli	21	27.09	7.449			
	Total	396	26.93	8.116			
Saplantılı	Bekar	50	20.04	4.203	.490	394	.689
	Sevgili	279	19.10	5.347			
	Nişanlı	46	19.04	4.694			
	Evli	21	19.19	5.491			
	Total	396	19.21	5.143			
Kayıtsız	Bekar	50	18.18	4.158	.385	394	.764
	Sevgili	279	17.89	5.252			
	Nişanlı	46	17.13	5.556			
	Evli	21	17.57	5.697			
	Total	396	17.82	5.176			

Katılımcıların bağlanma stillerinin medeni duruma göre ortalamalar arası anlamlı farklılaşma göstermediği tesbit edilmiştir ( $p > .05$ ).

#### 4.6.3. İlişki ölçekleri anketinin eğitim durum ile ilişkinin incelenmesi

**Çizelge 4.22:** İlişki Ölçekleri Anketi Ölçeğinin Eğitim Durumuna Göre Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi Sonuçları

Ölçek/Alt boyutlar	Eğitim durumu	N	Ort	SS	Sd	F	P
Güvenli	Lisans	253	30.08	9.815	2.575	394	.077
	Önlisans	14	35.07	7.907			
	Lisansüstü	129	31.62	9.226			
	Total	396	30.76	9.607			
Korkulu	Lisans	253	26.16	8.457	3.710	394	<b>.025</b>
	Önlisans	14	26.21	7.018			
	Lisansüstü	129	28.51	7.328			
	Total	396	26.93	8.116			
Saplantılı	Lisans	253	19.19	5.152	.274	394	.760
	Önlisans	14	20.21	3.724			
	Lisansüstü	129	19.15	5.277			
	Total	396	19.21	5.143			
Kayıtsız	Lisans	253	17.66	5.162	.438	394	.646



Önlisans	14	18.71	3.750
Lisansüstü	129	18.03	5.349
Total	396	17.82	5.176

18 – 40 yaş arası üniversitede eğitim göre öğrencileri katılım bağlanma stillerinin eğitim durumuna göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermemesini anlamak için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda eğitim durumuna göre katılımcı sayısı, ortalama, standart sapma ve p değeri verilmiştir. Analiz sonucu korkulu bağlanma stiline eğitim durumuna göre anlamlı farklılaştığı saptanmıştır ( $p < .05$ ). Diğer güvenli, saplantılı ve kayıtsız bağlanma biçimlerinin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma göstermediği saptanmıştır ( $p > .05$ ).

#### 4.7. Depresyon düzeyinin, İkili ilişki uyumuna ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Bulgularının İncelenmesi

Depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu alt boyutları arasındaki ilişkiyi incelemek amaçlanmıştır. Bu sebeple Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi yapılarak ölçekler arasındaki ilişkiyi belirleyebilmek amaçlanmıştır.

**Çizelge 4.23:** Depresyon Düzeyi, İkili İlişki Uyumu Ve Bağlanma Stillерinden Alınan Puanlara İlişkin Pearson Korelasyon Analizi Bulguları

Faktörler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
İlişkiye Yüksek Düzeyde Odaklanma <sup>1</sup>	1	.669*	.727*	.415*	.522*	.635*	.591*	.628*	.233*	.193*	.171*	.319*	-.061
İlişkide Kendine Güven <sup>2</sup>		1	.549*	.464*	.609*	.597*	.518*	.454*	.215*	.141*	.222*	.295*	-.170*
Dışsal İlişki Kontrolü <sup>3</sup>			1	.482*	.539*	.558*	.672*	.680*	.188*	.195*	.185*	.284*	-.041
İlişki Girişkenliği <sup>4</sup>				1	.501*	.588*	.491*	.525*	.117*	.135*	.144*	.179*	-.076
İçsel İlişki Kontrolü <sup>5</sup>					1	.526*	.449*	.499*	.273*	.210*	.161*	.269*	.027
İlişki İzlenimi Ayarlama <sup>6</sup>						1	.530*	.537*	.245*	.197*	.201*	.284*	-.116*
İlişki							1	.535*	.221*	.163*	.262*	.227*	-.112*

Doyumu <sup>7</sup>						
İlişki Korkusu Kaygısı <sup>8</sup>	1	.250*	.191*	.163*	.225* -.006	
Güvenli <sup>9</sup>		1	.469*	.574*	.518* .014	
Korkulu <sup>10</sup>			1	.553*	.488* -.017	
Saplantılı <sup>11</sup>				1	.482* -.236*	
Kayıtsız <sup>12</sup>					1 .054	
Depresyon <sup>13</sup>						1

\*p <.05 düzeyinde anlamlıdır.

Yapılan korelasyon analizi sonucu depresyon düzeyinin çok boyutlu ilişki ölçeği arasında anlamlı ilişki olmadığı, ancak ölçeğin alt boyutları arasında ilişkiler saptandığı incelenmiştir. Depresyon düzeyi ile ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma ile arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir (p<0.05). Depresyon düzeyinin ilişkide kendine güven boyutu ile negative yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (r = -.170, p<0.05). Depresyon düzeyi ile dışsal ilişki kontrolü, ilişki girişkenliği ve içsel ilişki kontrolü arasında anlamlı bir ilişki görülmediği saptanmıştır (p<0.05). Depresyon düzeyi ile ilişki izlenimi ayarlama boyutu arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır (r = -.116, p<0.05). Depresyon düzeyi ile ilişki doyumu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (r = -.112, p<0.05). Depresyon düzeyi ile ilişki korkusu/kaygısı arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır (p<0.05).

Depresyon düzeyi ile bağlanma stilleri arasındaki korelasyon analizine bakıldığında, güvenli bağlanma boyutu ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki görülmediği saptanmıştır (p<0.05). Depresyon düzeyi ile korkulu bağlanma boyutu arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır (p<0.05). Depresyon düzeyi ile saplantılı bağlanma boyutu arasında negative yönlü düşük düzeyde bir ilişki olduğu saptanmıştır (r = -.236, p<0.05). Depresyon düzeyi ile sonuncu alt boyut olan kayıtsız bağlanma arasında anlamlı ilişki olmadığı saptanmıştır (p>0.05).

#### 4.8. Depresyon düzeyi, İkili İlişki Uyumu ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.

##### 4.8.1. Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyinin İkili İlişki Uyumu Üzerindeki Etkisinin İncelenmesine dair Regresyon Analizi

**Çizelge 4.24:** Depresyon Düzeyinin ile İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkinin İncelendiği Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı d	Bağımsız d	B	SH B	Beta	T	P
İkili İlişki Uyumu	Sabit	139.66	6.173	-	22.62	.000
toplam	Depresyon toplam	-.304	.160	-.095	-1.902	.048

R=.095 R<sup>2</sup>=.009 Sd:1/395 F=3.618 p=.000\*\*\*

Regresyon analizi ile değişkenler arasındaki ilişkinin varlığı tesbit edilebilir. Yukarıdaki çizelgede “Depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasında anlamlı ilişki var” hipotezini (H1) belirleyebilmek için regresyon analiz sonuçları verilmiştir. Kurulan modelde istatistiksel olarak depresyon düzeyinin ikili ilişki düzeyi ile pozitif yönde anlamlı bir değişime sahip olduğu saptanmıştır ( $\beta = .095$ ,  $t = 1.90$ ,  $p = .048 < .05$ ). Depresyonun ikili ilişki uyumunu % 0.9’unu açıkladığı görülmüştür ( $R^2 = .009$ ). Sonuç olarak Hipotez1 kabul edilmiştir.

##### 4.8.2. Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyinin Bağlanma Stilleri üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

**Çizelge 4.25:** Depresyon Düzeyinin Bağlanma Stillерinin Üzerindeki Etkisinin İncelenmesine dair Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı d	Bağımsız d	B	SH B	Beta	T	P
Bağlanma Stilleri	Sabit	98.494	.086	-	21.088	.000
Toplam	Depresyon Toplam	-.100	.104	-.042	-.830	.000

R=.042 R<sup>2</sup>=.012 Sd:2/394 F=.689 p=.000\*\*

Yapılan çalışmada katılımcıların depresyon düzeyi regresyon analizi sonucu bağlanma stilleri ile negative yönlü anlamlı bir değişime sahip olduğu saptanmıştır ( $\beta = -.042$ ,  $t = -.830$   $p < .05$ ). Bu bulgulara göre H2 hipotezi kabul edilmiştir. Katılımcıların depresyon düzeyinde bir birimlik artış olduğunda bağlanma düzeylerinde 98.494 birimlik bir azalış olacağını göstermektedir. Depresyon düzeyi bağlanma düzeyinin sadece %1.2’sini açıklıyor ( $R^2 = .012$ ).

#### 4.8.3. Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolünün incelenmesi

**Çizelge 4.26:** Depresyon Düzeyinin İkili İlişki Uyumu Üzerindeki Etkisinde Bağlanmanın Aracı Rolüne İlişkin Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımlı d	Bağımsız d	B	SH <sub>B</sub>	Beta	T	P
Bağlanma	Sabit	7/25	.198	-	36.68	.000
Stilleri	Depresyon	-.381	.114	-.101	-3.31	.001

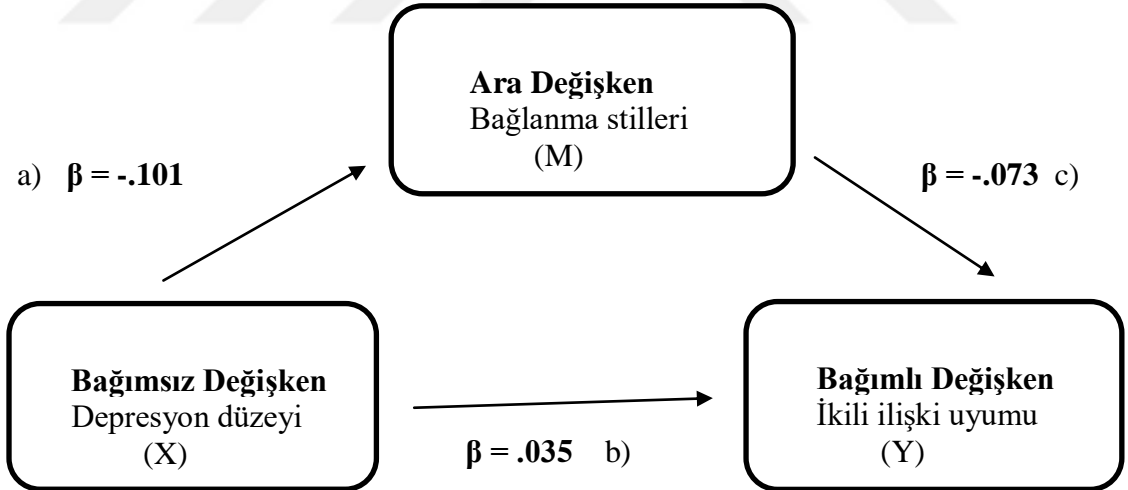
R=.787 R<sup>2</sup>=.640 Sd:1/395 F=320.22 p=. 000\*\*\*

Bağımlı d	Bağımsız d	B	SH <sub>B</sub>	Beta	T	P
İkili İlişki	Sabit	3.28	.201	-	16.31	.000
Uyumu	Depresyon	.090	.150	.035	.599	.570

R=.030 R<sup>2</sup>=.011 Sd:1/395 F=.358 p=. 000\*\*\*

Bağımlı d	Bağımsız d	B	SH <sub>B</sub>	Beta	T	P
İkili İlişki	Sabit	5.93	.164	-	36.13	.000
Uyumu	Depresyon	-.210	.094	-.073	-2.23	.021
Bağlanma St.		-.643	.026	-.789	-24.97	.000

R=.783 R<sup>2</sup>=.615 Sd:1/395 F=312.27 p=. 000\*\*\*



**Şekil 4.1:** Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi İle İkili İlişki Uyumu Arasındaki İlişkide Bağlanma Stillерinin Aracı Rolüne İlişkin Model Şeması

Verilen grafikte Hiyerarşik regresyon analizinin birinci aşamasında depresyonun bağlanma üzerindeki yordayıcı etkisi gösterilmiştir.

a) Depresyon ( $\beta = -.101$ ,  $t = -3.31$ ,  $p = .001 < .05$ ), bağlanmanın % 64'sini açıkladığı görülmüştür. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $R = .787$ ,  $R^2 = .620$ ,  $F = 320.22$ ;  $p < .05$ ).

b) Analizinin ikinci aşamasında depresyonun ikili ilişki uyumu üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Depresyon ( $\beta = -.035$ ,  $t = .599$ ,  $p > .05$ ), ikili ilişki uyumunun %0.11'ini açıkladığı görülmüştür ( $R^2 = .011$ ). Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir.

c) Hiyerarşik regresyon analizinin sonuncu aşamasında ise depresyon ve bağlanmanın ikili ilişki uyumu üzerindeki ortak yordayıcı etkisi incelenmesine dair bilgiler gösterilmiştir. Depresyon ve bağlanmanın ( $\beta = -.071$ ,  $t = -2.23$ ,  $p < .05$ ), ikili ilişki uyumunu %61.5'ünü açıkladığı görülmüştür ( $R^2 = .615$ ). Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Aracı etkinin test edilmesi için tüm gerekli varsayımların karşılandığı belirlenmiştir. Beta katsayıları değerlendirildiğinde, bağlanma stilleri modele aracı değişken olarak atandığında depresyon düzeyinin ( $\beta = -.104$ ;  $\beta = -.071$ ) ikili ilişki uyumu üzerindeki etkisinde artış olduğu görülmüştür.

Aracı etkinin anlamlılığını belirlemek amacıyla Sobel testi yapıldı. Depresyonun ikili ilişki uyumunu üzerindeki etkisinde bağlanmanın anlamlı bir kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür ( $z = -.025$ ,  $se = .0347$ ,  $p = .004 < .01$ ). Güven aralığı alt ve üst sınır değer işaretlerinin aynı yönde olduğu sonucuna varılmıştır (LLCI = -.03 ve ULCI = -.01).

<b>Hipotez1:</b> Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasında anlamlı ilişki vardır	<b>Onaylandı</b>
<b>Hipotez2:</b> Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişki vardır.	<b>Onaylandı</b>
<b>Hipotez3:</b> Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü oynamaktadır.	<b>Onaylandı</b>

Şekil 4.2: Hipotezlerin onaylanmasına dair kurulan grafik

Araştırma sonrası hipotezlerin onaylanmasına dair tablo yukarıda yer almaktadır. Yapılan analiz sonuçları her bir hipotezin onaylandığı incelenmiştir.



## 5. TARTIŞMA

Çalışmanın bu bölümünde, istatistiki analizlerin sonuçları, araştırmanın deneceleri ve kuramsal alt yapısı çerçevesinde tartışılacaktır. Bununla birlikte çalışmanın sınırlılıkları değerlendirilecek ve konuyla alakalı gelecekte yürütülebilecek araştırmalar için öneriler sunulacaktır.

### 5.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri Bağlamında Analizlere İlişkin Tartışmanın Yapılması

Depresyon bireyin duygu, düşünce ve davranışlarını olumsuz yönde etkileyebilen ve günlük yaşamında çeşitli duygusal ve fiziksel sorunlara neden olan bir tıbbi hastalıktır olduğu bilinmektedir. Bu bölümde depresyon ve diğer değişkenlerin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı sonuçlarını paylaşılacaktır. Çalışma bulguları incelendiğinde depresyonun cinsiyet değişkenine göre yapılan analiz sonucunda arada anlamlı farkın olmadığı tesbit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

Katılımcıların depresyon puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Lakin, yapılan diğer çalışmalarda depresyon düzeyi cinsiyete göre fark yaratmaktadır. Açıklama olarak, kadınların doğaları ve hormonal yapıları gereği psikolojik rahatsızlıklara, özellikle depresyona ve anksiyeteye erkeklere oranda daha yatkın oldukları bildirilmiştir (Uğuz ve ark, 2006).

Demografik özelliklerin istatistiksel açıdan elde edilen sonuçlarında, depresyon düzeyi alt boyutlarından bir kaçının medeni ve eğitim durumuna göre anlamlı fark gösterdikleri incelenmiştir. Beck Depresyon ölçeği puanlarının medeni durum değişkenine göre tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda depresyonun negatif öz tutum ve kendini suçlama alt boyutlarının medeni duruma göre anlamlı farklılaşma gösterdiği saptanmıştır ( $p<.05$ ). Sünter ve ark. İle Kunçer'in çalışmalarında evli ve partner ilişkileri ile depresyon puanları arasında fark görülmediğini vurgulanmıştır. Bunun aksine, Aslan ve ark ile Demirçioğulları'nın yaptıkları çalışmalardaki sonuç uyumludur. Maslach ve Jackson'a göre evli bireyler

kişiler arası iletişimi, sorunlarla baş etme becerileri ve çözüm odaklı olabilme becerileri gelişmiş olması nedeniyle depresyon belirtileri bekar kişilere oranda daha az olduğu görülmektedir (Maslach ve Jackson, 1982).

İkili ilişki uyumunu ölçmek için kullanılan çok boyutlu ilişki ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasında bağımsız T-testi yapılmıştır. “Kendine güven” alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı farklılaştığı saptanmıştır ( $p < .05$ ). Diğer alt boyutlarda ortalama puanlarının kadın ve erkek katılımcılara göre anlamlı farklılaşma görülmediği incelenmiştir ( $p > .05$ ). Winstead ve arkadaşları (1997) tarafından yapılan bir çalışmada kadın ve erkeklerin ilişki içerisindeki davranış ve tutumları, kendilerine ve karşı tarafa duydukları güven, kullandıkları iletişim yöntemleri ve diğer özellikler açısından farklılık gösterdikleri bilinmektedir (Winstead ve ark., 1997).

Çok boyutlu ilişki ölçeği alt boyutlarının medeni durumuna göre tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Katılımcı öğrencilerin medeni duruma göre ortalamalar arası anlamlı farklılaşma görülmediği incelenmiştir ( $p > .05$ ). İleri araştırmalarda homojen grupla çalışılması durumunda farklı sonuçlar elde edilebilir. Örneğin, evli ve boşanmış kişilerden ibaret gruplarla ölçek arasında yapılan analizlerde farklı sonuçlar alınabilir.

Çalışmanın ikili ilişki uyumu ve alt boyutları ile eğitim durumu arasında tek yönlü varyans analizi sonucuna göre katılımcı öğrencilerin eğitim duruma göre ortalamalar arası anlamlı farklılaşma görülmediği incelenmiştir. Benzer literatür çalışmalarında da eğitim bazında ikili ilişki uyumu ile eğitim durumu arasında anlamlı farklılaşma görülmediği belirtilmiştir. Bu çalışmanın aksine, Kışlak ve Çabukcaya (2002) göre de kişilerin yakın ilişkileri ile eğitim seviyesi arasında bağlantı olduğu ifade edilmiştir. Partner ilişkilerinde kişilerin sorumluluk, ek stress ve yaşam koşulları partnerler arası iletişimde zorlanma ve kişilerin eğitim seviyesinde motivasyon düşüklüğü, devam ettirmekte zorlanma hatta, eğitimi bırakma gibi durumlara neden olabilmektedir (G.Hakan, 2021).

Öğrenci katılımcıların bağlanma stilleri ve alt boyutlarının ortalama puanları kadın ve erkek katılımcılara göre anlamlı farklılaşma saptanmamıştır. Birtek ve Yavuz (2018) tarafından yapılan bir çalışmada güvenli, saplantılı, kayıtsız ve korkulu bağlanma alt boyutlarının kadın ve erkek katılımcılara göre farklılaşma olmadığı



belirtilmiştir. Aynı zamanda, katılımcıların bağlanma stillerini ölçmek için kullanılan ilişki ölççekleri anketi ortalama puanları medeni duruma göre analizi sonucunda farklılaşma olmadığı incelenmiştir. Benzer literatür çalışmalarında da aynı sonuçlar elde edilmiştir. Bir çok çalışmada partner ilişkilerin bağlanma şekli ile ilişki boyutu arasında bağlantı olmadığı anlaşılmaktadır (Smock ve Manning, 2004). Çalışmaya farklı ilçelerden katılımcıların davet edilmesi ve sayının artması durumunda bağlanma şekli ile boyutlar arası farklı sonuçlar elde edilebilir.

Katılımcıların bağlanma stillerinin eğitim durumuna göre farklılıklarının anlamlılık gösterip göstermemesini anlamak için tek yönlü varyans analizi yapılmış ve analiz sonucu korkulu bağlanma stiline eğitim durumuna göre anlamlı farklılaştığı saptanmıştır. Korkulu bağlanan kişilerin eğitim durumları ile bağlantılı olduğu tesbit edilmiştir. Lakin güvenli, saplantılı ve kayıtsız bağlanma biçimlerinin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılaşma göstermediği saptanmıştır. Marmara üniversitesinde yapılan bir çalışmada kişilerin bağlanma stilleri ile eğitim seviyeleri arasında anlamlı ilişkiler olmadığı belirtilmiş ve bir çok değişkenlerin dahil olması durumunda farklı sonuçlar alınabileceği ifade edilmiştir (Tunç, 2019).

Bağlanma stilleri başarılı, sağlıklı ve keyifli bir yaşamın sağlanmasında etkili faktörlerden biri olarak kabul edilmektedir. Ayrıca aile bağlarının ve desteğinin öneminden dolayı eğitim alanında motivasyonu ve başarısını güçlendirmekte etkili bir faktör olduğu düşünülmektedir. Bireyin bağlanma stilleri, aile durumları, zamanla değişen bağ biçimleri, bireysel farklılıklar ve uyum yeteneği eğitim seviyesinin gelişimde önemli yere sahiptir. Aynı zamanda bireyin yaşamın süreci boyunca yaşadığı kişisel ve sosyal zorlukları, yaralanmaları, ekonomik durumu ve diğer çeşitli sorunlar bağlanma şekli ile eğitim durumunu açıkça veya kısmen etkileyebilir.

Bağlanma stillerini etkileyen faktörlere özen gösterilirse, artan bağlanma stilleri ile birlikte partnerlerin ilişki uyumunda depresyon dahil olmakla diğer patolojik hastalıkların oluşumunda ciddi azalmalar olabilir. Aynı zamanda hem partnerler arası ilişkide hem de tüm toplumda psikiyatrik, psikolojik, duygusal ve sosyal bozukluklar azalması beklenebilir. Bu nedenle diğer faktörleri de incelemekte fayda vardır.

## 5.2. “Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi ile İkili İlişki Uyumu Arasında Anlamlı İlişki Vardır” Hipotezinin Dair Tartışmanın Yapılması.

İkili ilişkiler kişilerarası ilişkileri büyük bir bölümünü kapsadığı ve beraberinde ilişkide doyum, mutluluk ve huzur duygularını barındırdığı bilinmektedir. Diğer taraftan olumsuz duygulara da neden olmaktadır (Jacob,2000).

Bu araştırmada depresyon düzeyinin ikili ilişki uyumunun anlamlı yordayıcısı olduğu saptanmıştır ( $p=.048<0.5$ ). “Depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasında anlamlı ilişki var” hipotezini (H1) belirleyebilmek için regresyon analiz sonuçları verilmiştir. Kurulan modelde istatistiksel olarak depresyon düzeyinin ikili ilişki düzeyi ile pozitif yönde anlamlı bir değişime sahip olduğu saptanmıştır ( $\beta= .095$ ,  $t= 1.90$ ,  $p=.048<.05$ ). Depresyonun ikili ilişki uyumunu % 0.9’unu açıkladığı görülmüştür ( $R^2= .009$ ). Sonuç olarak Hipotez1 kabul edilmiştir.

Araştırmanın birinci hipotezinde de belirtildiği üzere depresyon düzeyi ikili ilişki uyumu ile arasında ilişki vardır ve bu hipotezi literatür de desteklemektedir (Çelik, 2006, Kışlak ve Göztepe, 2012). Depresyon düzeyi arttıkça ilişki uyumu azalmaktadır. Buradaki ilişki uyumu denildiğinde kişinin kendine güven, dışsal ve içsel ilişki kontrolleri, ilişkiye yüksek düzeyde odaklanması, ilişki kaygısı veya korkusu ve diğer özellikleri içermekte olup, depresyon düzeyinin yükselmesiyle olumsuz yönde etkilenen alt boyutlardır. Çelik (2006) çalışmalarında evlilik sürecinde yaşanan sorunların depresyona yol açabileceği ve ilişki uyumunu etkilediği belirtmiştir. Kışlak ve Göztepe’ye göre depresyon düzeyi azaldıkça partnerler arası mutluluk düzeyi artmaktadır. İlişki süreci de depresyon oluşumunda riskli etkenlerden biridir (Manju, 2016).

Kendall ve ark. göre partnerler yakın ilişkilere atılımları artması durumunda depresyon düzeyinde azalma olduğunu belirtmiş ve bunun da zihinsel sağlığı sürdürmede sağlıklı ilişkilerin özenli olabileceğini ifade etmiştir (Kendall ve ark. 2014). Kung’ın (2000) yapmış olduğu çalışmasında ise depresyon, stres, sosyal destek eksikliği ve rol beklentilerinin ilişki uyumunu etkileyen faktörler arasında olduğunu belirtmiştir (Kung, 2000).

Aynı zamanda depresyon ve ikili ilişki konularında son zamanlarda birçok çalışmalar yapılmıştır. İstanbul ilinde yakın ilişkiler ile depresyon düzeyleri arasında yapılan

263 kişilik çalışmada depresyon düzeyinin ilişki uyumunu negatif yönde etkilediği belirtilmiştir. Çalışmadaki katılımcıların depresyon düzeyleri arttıkça ilişki uyumu azalmaktadır (Durmuşoğlu, 2017).

Buna benzer sebeplerle bozulan yakın ilişkiler bireyin ruhsal durumunu olumsuz yönde etkilemektedir. İlişki içerisinde oluşan olumsuz duygu ve düşünceler depresyon ve diğer psikiyatrik hastalıklara neden olmakla birlikte varolan ilişkiye olumsuz etki etmektedir. Diğer taraftan da depresyon düzeyinin artması ilişkide oluşan uyumsuzluğun bir işareti olabileceği gibi yapılan diğer araştırmalarda da benzer sonuçlara rastlanmaktadır (Düzgün, 2009; N. Hoeksama, 1987). Depresyonun ilişki uyumunu etkilemesine dair çalışmalar yapılırken diğer faktörler de dikkate alınması ve buna yönelik analizlerin yapılması faydalı olacaktır.

### **5.3. “Üniversite Öğrencilerinde Depresyon Düzeyi İle Bağlanma Stilleri Arasında Anlamli İlişki Vardır” Hipotezine Dair Tartışmanın Yapılması**

Bilindiği üzere bağlanma biçiminde içsel çalışan modeller çocukluk döneminden başlayarak bireyin davranış ve iletişim şeklini ömür boyu etkilemektedir. Bu sebeple bireyin bakım verenle bağlanma biçimi çok önemlidir. Örneğin kaygılı bağlanan birey kendine yönelik düşünceleri olumsuz, yüksek düzeyde kaygısı olan ve bağ kurma ihtiyacı olan kişilerdir. Yaşanan çeşitli kaygı ve korkular bir çok patolojik sorunları oluşturmaktadır. İnsanların ilişki sürdürebilmesi ve yakınlık kurabilmesi için sağlıklı ve güvenli bağlanmaları gerekmektedir. Sadece bu şekilde depresyon diğer psikolojik hastalıkların oluşma riski azaltılabilir. Kaygılı ve korkulu bağlanan kişiler çoğu zaman sosyal yaşamdan izole olur ve kendi iç dünyasına çekilir. Arkadaş, aile ortamından uzaklaşır ve depresif belirtileri kendinde barındırır. Hayata olan istek ve tutkuda azalma, uyku ve yemede azalma, kilo kaybı, cinsel isteksizlik gibi depresif belirtiler yaşarlar.

Partner ilişkilerinde bireylerin bağlanma biçimi onların yaşam tarzı, iletişim şekli ve yaşama tutkusunu etkileyen öncül faktörler arasındadır. Benzer çalışmalarda kaygılı, saplantılı ve kayıtsız bağlanan kişilerin stres ve tükenmişlik gibi sıkıntıları depresif belirtilere işaret edildiği belirtilmiştir (Vermust ve ark., 2008). Kaygılı bağlanan kişilerin bu belirtileri tekrarlama olasılığı yüksektir. Depresyon yaşayan ve depresif

belirtiler gösteren kişilerin çoğu kısmı güvensiz bağlanan kişilerdir (Morey ve ark., 2013).

Yapılan çalışmada katılımcıların depresyon düzeyi regresyon analizi sonucu bağlanma stilleri ile negative yönlü anlamlı bir değişime sahip olduğu saptanmıştır ( $\beta = -.042$ ,  $t = -.830$   $p < .05$ ). Bu bulgulara göre H2 hipotezi kabul edilmiştir. Katılımcıların depresyon düzeyinde bir birimlik artış olduğunda bağlanma düzeylerinde 98.494 birimlik bir azalış olacağını göstermektedir. Depresyon düzeyi bağlanma düzeyinin sadece %1.2'sini açıklıyor ( $R^2 = .012$ ). Diğer %98.8 kısmı ise sebebini bilemediğimiz nedenlerden dolayı açıklanamıyor.

2015-2016 yılında 808 üniversite öğrencisinde depresyon ve bağlanma stillerine yönelik yapılan araştırmada güvenli bağlanma ile depresyon arasında negatif yönde, saplantılı ve korkulu bağlanma arasında pozitif yönde ilişki olduğu tesbit edilmiştir. Bir öğrencinin bağlanma şekli ne kadar güvenli ise bir o kadar da depresyon düzeyi düşüktür. Aynı zamanda, katılımcılarda bağlanmanın korkulu ve saplantı seviyesi ne kadar yüksek ise aşkarlanan depresyon düzeyi de yüksek olduğu belirtilmiştir. (Kara, Ergül, 2016).

Yaptığımız çalışmada depresyon düzeyi ile bağlanma stilleri arasında ilişkinin olması kişinin çocuklukdan bu yana geliştirdiği güvensiz bağlanma stili ile açıklanabilir. Güvensiz bağlanan birey yetişkinlik döneminde depresyona yatkınlığını artırmakla birlikte, kişilerarası ilişkileri özellikle yakın ilişkileri etkilemektedir (Shurts ve Myers, 2008).

Sonuç olarak hipotez 2'de bahsedildiği üzere “Depresyon düzeyi ile bağlanma stilleri arasında anlamlı ilişki var” hipotezini yapılan regresyon analiz sonucu desteklemektedir. Kaygılı ve korkulu bağlanma ile depresyon eş zamanlı olarak bir bir birlerini etkilediğini belirten araştırmalar bulunmaktadır (Büyükçolpan, 2019). Yapılan çalışmalar literatür ile uyumludur.

#### **5.4. “Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolü oynamaktadır.” Hipotezine dair tartışmanın yapılması**

Üniversite öğrencilerinin oluşabilecek depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rollerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu sebeble, Beck Depresyon Envanteri, Çok Boyutlu İlişki Ölçeği ve İlişki Ölçekleri Anketinden alınan puanlar arasındaki ilişkiler hiyerarşik regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. İlk olarak, üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumunda: ilişkiye yüksek düzeyde odaklanma, ilişki doyumu, ilişki korkusu-kaygısı, ilişki izlenimi ayarlama, ilişkide kendine güven, dışsal ilişki kontrolü, ilişki girişkenliği ve içsel ilişki kontrolü uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stilleri boyutlarının kısmi aracı rolü olabileceği görülmüştür. Depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasında bağlanmanın aracı etkisi incelenmiştir. Depresyon ( $\beta = -.101$ ,  $t = -3.31$ ,  $p = .001 < .05$ ), bağlanmanın % 64'sini açıkladığı görülmüştür. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ( $R = .787$ ,  $R^2 = .620$ ,  $F = 320.22$ ;  $p < .05$ ). Analizin ikinci aşamasında depresyonun ikili ilişki uyumu üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Depresyon ( $\beta = -.035$ ,  $t = .599$ ,  $p > .05$ ), ikili ilişki uyumunun %0.11'ini açıkladığı görülmüştür ( $R^2 = .011$ ). Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Hiyerarşik regresyon analizinin sonuncu aşamasında ise depresyon ve bağlanmanın ikili ilişki uyumu üzerindeki ortak yordayıcı etkisi incelenmesine dair bilgiler gösterilmiştir. Depresyon ve bağlanmanın ( $\beta = -.071$ ,  $t = -2.23$ ,  $p < .05$ ), ikili ilişki uyumunu %61.5'ünü açıkladığı görülmüştür ( $R^2 = .615$ ). Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir.

Partnerlerin aile üyeleri ile kurulan duygusal bağları ve güven duygusu kurulan ilişkilerin daha sağlıklı olabileceğini göstermektedir. Partner ilişkilerinde uyum ile depresyon belirtileri arasında bağlanma stillerinin kısmi aracılık rolünün olduğu incelenmiştir. İlişkide uyumu sağlamak ve ilişki boyunca sürekliliğini devam ettirmek, depresyon gibi psikiyatrik hastalıkların önlemek için bağlanma türlerini ve biçimlerinin incelenmesi ve yorumlanması son derecede önemlidir. Ebeveynle bağlanma ve akrana bağlama gibi bağlanma türleri de öğrencilerin yakın ilişki içeriğini etkileyen faktörlerdir. Kişi bakım vereni veya ebeveyni ile güvensiz bağ oluşturduğu takdirde kaygılı, kayıtsız veya saplantılı bir bağ kurduğu anlamına gelir.

Depresyon düzeyinin ikili ilişki uyumunu yordamasında bağlanma boyutları kısmen etkili olmasının nedeni öğrenciler arasında, depresyonda olan bireyler kişilerarası ilişkilerde iletişimde sorunlar ve uyumsuzluk yaşadıkları ile bağlantılı olabilir. Bununla beraber, ikili ilişki uyumu zayıf olan öğrencilerin bağlanma şekillerinden kaygılı ve kayıtsız boyutlarında depresyon belirtilerinin etkili olduğu bilinmektedir (S. Burhanoglu, 2016).

Bu çalışmada üniversite eğitim gören öğrencilerde depresyon belirtileri biyolojik, psikolojik ve sosyal nedenlerden dolayı kişinin hem çocukluk döneminden hem de gençlik döneminde görülebilir. Depresyon belirtileri çocukluktan oluşan güvensiz bağlanma biçimleri ile şekillenerek öğrenci katılımcıların ikili ilişkilerinde uyumsuzluğa neden olabilir. Bilge ve Sezgin (2020) çalışmalarından birinde anne ve çocuk arasındaki etkileşimin bağlanmanın aracı rolü açısından son derecede önemli olduğu belirtilmiştir. Literatür, bağlanmanın çocukluk döneminden oluştuğu ve kişinin yakın ilişkilerini etkileyen esas etkenlerden biri olduğunu göstermektedir (O'hara, 1996). Sonuç olarak araştırma üniversite yıllarında gençlerin yakın ilişkilerde partner olarak uyumu sağlaması için gereken özellikler ile depresyon ve diğer patolojik sorunları önlemede bağlanma stillerinin önemli bir etken olduğu ve kişinin kendisi için yakın olan kişiler arasında kurduğu güvenli bağ ve yakınlığın depresyonu azaltmada önemini ortaya koymaktadır.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre depresyon, ikili ilişkiler ve bağlanma stilleri sosyo-demografik değişkenlere göre farklı sonuçlar göstermiştir. Hipotezlerde ele aldığımız bu önemli üç değişken kendi aralarındaki ilişkide anlamlı olup olmaması üzerine yapılan analizlerde, depresyon her iki değişken puan ortalamaları anlamlı fark göstermektedir.

Lakin üniversitede eğitim gören öğrencilerde kurdukları ikili ilişkilerde uyumu geliştirmek ve depresyonun bu ilişkilere etkisini azaltmak adına klinik vakalarla çalışılması önerilebilir. Ayrıca, depresyon, ikili ilişki ve bağlanma değişkenlerinin cinsiyete göre anlamlı bir ilişki bulunmamasına sebep olarak kadın ve erken katılımcıların çalışmada eşit dağılım göstermediği içindir. Gelecek çalışmalarda cinsiyet değişkeni için katılımcıların eşit dağıtılması önerilebilir. Yapılan bu çalışmada olduğu gibi gelecek çalışmalarda aracı değişkenin bağımlı ve bağımsız değişkenlerle ilişkisi ve bu ilişkiye etki edecek başka değişkenlerin olup olmaması araştırılabilir. Aracı değişkenler için farklı ve yeni istatistiksel yöntemler kullanılabilir. Bu konu iki ülke arası çalışma olarak da ele alınabilir. Konuda yer alan değişkenler yurtdışında ve yurt içinde sık sık kullanılan bir kavram olması sebebiyle farklı kavramların üzerine yapılacak çalışmalar, Türkiye örneğine daha fazla katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmalar farklı etnik ve toplumsal gruplar üzerinde yapılması alan yazına kavramın evrenselliği için daha fazla katkı sağlayabilecektir.

Türkiye örneğinde depresyon, ikili ilişki uyumu ve bağlanma stilleri ile farklı değişkenlerin de araştırılması önerilmektedir. Yapılan araştırmadaki en önemli sınırlılık katılımcıların üniversitede eğitim görüyor olması şeklindedir, lakin bu sınırlılıklar çalışmadaki değişkenlerin farklı yaş gruplarında ve farklı meslek alanlarında da yapılabilmesi klinik psikoloji alanına geniş bilgi sunmasını sağlar.

İkili ilişkilerdeki uyumsuzluk ve doyumsuzluk sonucu depresyon gelişebileceği gibi, depresyon belirtilerine sahip olmak da kişilerin ikili ilişkilerinde uyumsuzluğa neden olabilen etkenlerdendir. Her iki durumda da kişilerin ikili ilişkilerde sorun yaşamaması

muhtemelen bir durumdur. Neden ve sonuç ilişkisi içerisinde olan bu iki durumun da tedavi edilmesi ve sorun yaratan etkenlerin bulunması bireylerin kişilerarası ilişkilerinde olumlu bir yol belirlemesine yardımcı olacağı düşünülmektedir (Kung, 2000).

Sonuç olarak bağlanma stilleri partner ilişkilerinde depresyon düzeyi ile bağlantılı olup ilişki uyumunda bir çok koşulları tanımlamada önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Avrupa ve Türkiye dahilinde konu ile ilgili yapılan çalışmaların incelenmesi ve kültürlerarası farklılıkları dikkate alınması önemli etkenlerdendir. Konu ile ilgili araştırmalarda diğer faktörleri de dikkatli şekilde izlemekte fayda vardır.





## KAYNAKLAR

- Abramson ve Diğerleri.** (1989). *Hopelessness Depression: A Teory-Based Subtype of Depression*. Vol 96 (2) 358-372.
- Acar Baltaş, Zuhâl Baltaş.** *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, Remzi Kitabevi, 20. Baskı, İstanbul 2000, s. 131-132
- Adler, A.** (2009). *Sosyal Duygunun Gelişiminde Bireysel Psikoloji*. (Çev. Dr. Halis Özgü). Hayat Yayınları: İstanbul
- Ainsworth.** (1993). *Umutsuzluk kavramı: depresyon ve intiharda*. Düzce. İlahiyat Fakültesi Dergisi. Dilbaz-Seber. Kriz Dergisi 1(3): 134-138
- Ainsworth ve Diğerleri.** (1978) *Patterns of attachment: Assessed in the Strange Situation and at home*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Akçagöz H.** (2017). *Çalışan kadınların, benlik kavramı ile depresyon durumunun incelenmesi benlik kavramı ve ideal benlik kavramı arasındaki fark ile depresyon durumunun değişkenler açısından belirlenmesi*. Üsküdar üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı.
- Algur V.** (2019). *Üniversite öğrencilerinin anksiyete ve depresyon düzeyleri ile fiziksel saldırganlık, öfke, düşmanlık ve sözel saldırganlık arasındaki ilişkinin incelenmesi*. İstanbul Gelişim Üniversitesi. Psikoloji Bölümü, Yüksek Lisans Tezi.
- American Psychiatric Association** (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 4. Baskı, (DSM-IV), Washington DC, American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association.** (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5), Fifth edition.
- Amerian Psychiatric Association.** (2016). *The role of culture and cultural techniques in psychotherapy: A critique and reformulation*.
- Arıkoğlu A. P.** (2003). *Üniversite öğrencilerinde sosyo-duygusal uyum ve bağlanma stilleri*. Boğaziçi Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Psikoloji bilim dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Atak, H. & Taştan, N.** (2012). *Romantik İlişkiler ve Aşk*. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. Atabey, L. 2019.
- Amerikan Psikiyatri Birliği.** (1994). *Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı*. Dördüncü baskı
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M.** (1991). *Attachment styles among young adults: A test of four category model*. Journal of Personal Social Psychology. Psychology,61, 226-241

- Bingül F.** (2020). *Yalnızlığın bağlanma stilleri, beğenilme arzusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu açısından incelenmesi*. Ekev Akademi Dergisi, Araştırma makalesi
- Birchler, GR, Weiss, RL, Vincent, J P** (1975) *Multimethod analysis of social reinforcement exchange between mentally distressed and non-distressed spouse and stranger dyads*. Journal of Personality and Social Psychology, 31,349-362.
- Büyükşahin, A.** (2006). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Canton ve Diğerleri.** (2015). *Child sexual abuse, attachment style, and depression: The role of the characteristics of abuse*. Journal of Interpersonal Violence, 30(3).
- Cole-Dekte H, Kobak R.** (1996). *Attachment process in eating disorder and depression*. J Consult Clin Psychol 1996; 64: 282-290.
- C. Brenner,** (1993). *Psikanalizmin Temelleri*, çev; I. Savaşır, Y. Savaşır, Hekimler. Yayın Birliği, Ankara 1993, s. 170.
- Collins, N.L. & Read, S.J.** (1990). "Adult Attachment, Working Models, and Relationship Quality in Dating Couples" Journal of Personality And Social Psychology, 58, 644-663.
- Conde, A., Figueiredo, B., & Bifulco, A.** (2009). *Attachment style and psychological adjustment in couples*. Attachment and Human Development, 13(3).
- Çev. Ed., Ertuğrul K.** (2013). Amerikan Psikiyatri Birliği. Mental bozuklukların tanıs ve sayımsal el kitabı, 5. Baskı (DSM 5) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Cramer D.** (1992). Nature of romantic love in female adolescents. J Psychol 1992; 126:679- 682.
- Demir, V.** (2014). *Bilinçli farkındalık temelli hazırlanan eğitim programının bireylerin depresyon ve stres düzeyleri üzerine etkisi*. Uluslararası Toplum Araştırmaları.
- Demirdağ M.** (2017). *Bağlanma Teorisi'nin Kökenleri: John Bowlby ve Mary Ainsworth*. Düzce Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi. www.Dergipark.com.
- De Munck VC, Korotayev A.** (1999). *Sexual equality and romantic love: a reanalysis of roseblatt's study on the function of romantic love*. Cross Cult Res 1999; 33:13-32.
- Dinç-Mehmet** (2012). "Aaron temkin beck: eleştirel düşüncenin peşinden yaratıcı bir psikoterapi kuramına". Bilişsel davranışçı psikoterapi ve araştırmalar dergisi. Cilt 1. ss. 70-76.
- Doğan O.** (2011). Bölüm 1: *Psikiyatrik Epidemiyoloji ve Gelişmesi*. Psikiyatrik Epidemiyoloji. 1. Baskı. Sivas: Esform Ofset; 2011. p.1-10.
- Doğan O, Gülmez H, Ketenoğlu C ve ark.,** (1995). *Ruhsal Bozuklukların Epidemiyolojisi*. Dilek Matbaası, Sivas

- Durmuşoğlu, B.** (2017). *Yüksek Kaygı ve Depresyon Düzeyinin Evlilik Yaşamı ile İlişkinin Değerlendirilmesi*. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dünya Sağlık Örgütü (WHO).** (2017). *Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators*. (2018). Systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. The Lancet. DOI.
- Ercan D. H.** (2019). *Beliren Yetişkinlikte Aşk Stillerinin Demografik Değişkenler, Ana Babaya Bağlanma ve Kişilik Özellikleri Açısından İncelenmesi*. İstanbul Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler fakültesi, Psikoloji Bölümü.
- Güvener, M.** (2018). *Evlilik Uyum Durumuna Göre Çiftlerin Depresif Durumları ve Olumsuz Otomatik Düşünceleri Açısından Karşılaştırılması*. Yüksek lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü.
- Hatfield E.** Passionated and companionated love. In *Psychology of Love* (Eds RJ Sternberg, ML Barnes):191-213. New Haven, Yale University Press, 1988.191-213.
- Hayes, A. F. (2018).** *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd Ed.) New York: The Guilford
- Hazan, C. & Shaver, P.** (1990). *Love and work: An attachment-theoretical perspective*. Journal of Personality and Social Psychology, 59, 270-280.
- Hazan, C. & Shaver, P.** (1987). *Romantic love conceptualized as an attachment process*. Journal of Personality and Social Psychology, 52(3), 511-524.
- Hill Abilene, L.** (2015). *Love is a battlefield: experience of love is a battlefield: experience of love in relation to depression*. Journal of Personal Social Psychology, 33(5).
- Hyde JS, Mezulis AH, Abramson, Lyn.** (2008). The ABCs of depression: Integrating affective, biological and cognitive models to explain the emergence of the gender differences in depression. 115(2):292-313.
- Işık E., Işık U., Taner Y.** (2013). *Çocuk, Ergen, Erişkin ve Yaşlılarda Depresif ve Bipolar Bozukluklar*; Ziraat Gurup Matbaacılık, Ankara.
- Kafetsios, K. & Sideridis, G.D.** (2006). *Attachment, Social Support and Well-being in Young and Older Adults*. Journal of Health Psychology, 11(6), 863-876.
- Karamustafaoğlu O, Yumukçal H.** (2011). *Depresyon ve Anksiyete*. Şişli Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Kliniği, İstanbul-Türkiye
- Karhoğlu, B., Parlar, H.** (2020). *Evli Bireylerde Bağlanma Stillerinin Depresyon Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*. Social Sciences Research Journal, 9 (3), 180-187. İstanbul Ticaret Üniversitesi
- Katalan C.** (2014). *Genç Türk yetişkinlerinde çocuk yetiştirme tarzları, bağlanma stilleri ve romantik ilişkide doyum, romantik ilişkide kaygı arasındaki ilişkiler*. Bahçeşehir Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi

- Kobak, R. R., Sudler, N. & Gamble, W.** (1991). *Attachment and depressive symptoms during adolescence: A developmental pathways analysis*. *Development and Psychopathology*, 3, 461-474.
- Köroğlu E.** (1994). *Yetişkin Bağlanma biçimleri ve romantik ilişkileri*. Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 1994. Makale kitaphanesi.
- Küey L.** (2010). *Dünyada ve Türkiye’de Psikiyatrik Epidemiyolojinin Tarihsel Gelişimi Üzerine Kısa Bir Derleme*. *Türkiye Psikiyatri Derneği Bülteni* 2010;13(1):6-11.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M. Couch** (2000). *Variation in Security of Attachment: A Self-Determination Theory on Attachment, Need Fulfillment and Well-Being.* *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367-384.
- Lynch, M.F.** (2013). *Attachment, Autonomy, and Emotional Reliance: A Multilevel Model*. *Journal of Counseling and Development*, 91(3), 301-312.
- Moss BS, Schwebel AI.** (1993). *Marriage and romantic relationship: the fining intimacy in romantic relations*. *Fam Relat* 1993; 42:7-31.
- Meredith PJ, Strong J, Feeney JA.** (2007). *Adult attachment variables predict depression before and after treatment for chronic pain*.
- Myers JK ve Diğerleri.** (1980-1982). *Six month prevalence of psychiatric disorders in three communities*. *Arch Gen Psychiatry* 1984;41(10):959-61.
- N. Dilbaz, G Seber.** (1993). *Umutsuzluk kavrami: Depresyon ve intiharda*. *Kriz Dergisi*. Cilt1, sayı 3. [Dergipark.org.com](http://Dergipark.org.com) Press.
- Ocal-Yuceol SE.** (2016). *Toplumsal cinsiyet rollerine ilişkin tutumlar ile ilişki doyumunu ve romantik ilişkilerde akılcı olmayan inançlar arasındaki ilişkiler*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü
- O. Fenichel,** (1974). *Nevrozların Psikoanalitik Teorisi*, Kişisel yayınlar, çev; S. Tuncer.631
- Özcan, A. Baltacı. S,** (2020). *Freud ve Lacan’ın psikanalitik kuramlarında yastan ayrışan melankoli özne*. *Psikolojik çalışmalar dergisi*, s317-333. [www.Dergipark.com](http://www.Dergipark.com)
- Özcan Köknel,** (1989). *Depresyon*, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, s. 58-67;
- Randall A., Bodenmann G.** (2008). *The role of stress on close relationships and marital satisfaction*. National Library of Medicine
- Reis S, Grenyer BFS.** (2004). *Fearful attachment, working alliance and treatment response for individuals with major depression*. *Clin Psychol Psychother* 2004;11: 414-424.
- Rita Atkinson, Richard C. Atkinson** (1996). *Psikolojiye Giriş*. Çev.; Yavuz Alogan, Arkadaş Yayınları, Ankara, s. 539-542.
- Rubin, Z.,** (1970). *"Measurement of Romantic Love"*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 16(2), pp. 265-273.
- Sharabi L., Delaney A., Knobloch L.** (2015). *In their own words: How clinical depression affects romantic relationships*. International Association for Relationship Research. *Sage Journal*.

- Serap Güleç**, (2020). *Varoluşçu felsefeye temellendirilmiş logoterapinin MS tanısı almış kadınlarda depresyon, anksiyete, affektif semptomlar ve yaşam kalitesi üzerine etkisini belirlemek*. Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi.
- South S. C. & Agnew**. (2014). *Interpersonal relationship and health. Social and clinical psychological mechanisms*. 3<sup>rd</sup> purdue symposium on psychological sciences.
- Tahir Özakkaş**, (2018). "Alan kuramınındiğer psikanalitik kuramlarla ilişkisi". Türkiye bütüncül psikoterapi dergisi. 1-28.
- Tuncer**, (1995). "Hasta ve terapistin etkileşimi".Ege Üni. Matbaası, İzmir 1974, s.453. 18.
- Uzun-Özer, B. & Tezer, E.**, (2008). "Aşka İlişkin Tutum Biçimlerinin Olumlu ve Olumsuz Duyguları Yordayıcılığı", Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi.
- Yağmur B.** (2018). Üniversite Öğrencilerinde Bağlanma Stilleri, Ruminasyon ve Depresyon Düzeyi Arasındaki İlişinin incelenmesi. Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı. Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı.
- Yalvaç, HD.** (2012). *Depresyonun epidemiyolojisi*. Türkiye Klinikleri Journal of Psychiatry Special Topics, 2012.
- Yılmaz, B.** (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Kişilerarası İletişim Becerileri ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişki*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Yıldız, Y.**, (2012). *İlişkiye İlişkin İnançların Evlilik Uyumunu Yordaması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla, Türkiye.
- Yüksel, S. Perçinel**, (1995). "Depresyonun Oluş Nedeni", Türkiye Tıp Dergisi, (3. ek), 1995, 2, 6-11.

## **EKLER**

### **EK-1 Gönüllü Onam Formu ve Kişisel Bilgi Formu**

#### **GÖNÜLLÜ ONAM FORMU BİLGİLENDİRİLMİŞ ONAM FORMU**

#### **LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ !**

Merhaba Sayın Katılımcı,

Ben Narmin Atakhanli, İstanbul Gedik Üniversitesi'nde, Klinik Psikoloji bölümünde yüksek lisans öğrencisiyim. Tez çalışmamı Öğr.Üyesi Dr. Neşe Saruhan danışmanlığında yürütülen “Üniversite öğrencilerinde depresyon düzeyi ile ikili ilişki uyumu arasındaki ilişkide bağlanma stillerinin aracı rolünün incelenmesi” başlıklı araştırmaya davet ediyoruz. Araştırmaya alınacak katılımcıların İkili ilişki içerisinde olan üniversite öğrencisi olması ve 18 - 40 yaş aralığında olması gerekmektedir. Bu çalışmaya katılmak tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları içtenlikle verecek şekilde cevaplamanızdır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacak olup kişisel bilgileriniz gizli tutulacaktır; ancak verileriniz yayın amacı ile kullanılabilir.

Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız **narmin.atakhanli@gmail.com** bu e-posta adresi ile ulaşabilirsiniz.

**Anketimize katıldığınız için teşekkürler!**

## 1. Çalışmaya Katılım Onayı:

Katılmam beklenen çalışmanın amacını, nedenini, katılmam gereken bilgileri okudum ve gönüllü olarak çalışma süresince üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma ile ilgili ayrıntılı açıklamalar yazılı ve sözlü olarak araştırmacı tarafından yapıldı. Bu çalışma ile ilgili faydalar ve riskler ile ilgili bilgilendirildim. Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

1.	Doğum Tarihiniz?	.....		
2.	Cinsiyetiniz nedir?	(1) Kadın	(2) Erkek	
3.	3.Eğitim düzeyiniz nedir?	(1) Lisans	(2) Önlisans	(3) Lisansüstü
4.	5.Herhangi bir işte çalışıyor musunuz?	(1) Evet	(2) Hayır	
5.	6.İlişkiniz var ise belirtiniz ?	(1) Bekar	(2) Sevgili	(3) Nişanlı (4) Evli

## EK-2 Beck Depresyon Ölçeği-BDÖ

Ölçekte toplamda 21 madde vardır ve bir takım soruları içermektedir. Uygulayanlara bu sorular sorulur ve bizzat onlar için en uygun olanı hangisi ise onun söylenmesi istenir. Her bir ifade 0-3 arası puan alır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan 63'tür. Minimal depresyon 0-9 puan, Hafif depresyon 10-16 puan, Orta depresyon 17-29 puan ve Şiddetli depresyon 30-63 puan arasında belirlenecektir. Depresyonda görülen bedensel, duygusal, bilişsel belirtileri ölçmektedir. Toplam puanın yüksekliği depresyonun şiddetini gösterir. Beck ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olup ülkemizde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması, Hisli ve Aktürk tarafından yapılmıştır. Güvenilirlik analizine göre Beck Depresyon Envanteri uygulanan örneklem grubu için uygundur. Güvenilirlik analiz puanı 0.782 dir.

Sayın cevaplayıcı aşağıda gruplar halinde cümleler verilmektedir. Öncelikle her gruptaki cümleleri dikkatle okuyarak, **Bugün dahil geçen hafta** içinde kendinizi nasıl hissettiğini en iyi anlatan cümleyi seçiniz. Eğer bir grupta durumunuzu, duygularınızı tarif eden birden fazla cümle varsa her birini daire içine alarak işaretleyiniz. Soruları vereceğiniz samimi ve dürüst cevaplar araştırmanın bilimsel niteliği açısından son derece önemlidir.

**1- 0.** Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissetmiyorum.

1. Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.
2. Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.
3. O kadar üzüntülü ve sıkıntılıyım ki artık dayanamıyorum.

**2- 0.** Gelecek hakkında mutsuz ve karamsar değilim.

1. Gelecek hakkında karamsarım.
2. Gelecekte beklediğim hiçbir şey yok.
3. Geleceğim hakkında umutsuzum ve sanki hiçbir şey düzelmeyecekmiş gibi geliyor.

**3- 0.** Kendimi başarısız bir insan olarak görmüyorum.

1. Çevremdeki birçok kişiden daha çok başarısızlıklarım olmuş gibi hissediyorum.
2. Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.
3. Kendimi tümüyle başarısız biri olarak görüyorum.

**4- 0.** Birçok şeyden eskisi kadar zevk alıyorum.



1. Eskiden olduğu gibi her Şeyden hoŐlanmıyorum.
2. Artık hiÇbir Şey bana tam anlamıyla zevk vermiyor.
3. Her Şeyden sıkılıyorum.
- 5- 0.** Kendimi herhangi bir Şekilde suÇlu hissetmiyorum.
  1. Kendimi zaman zaman suÇlu hissediyorum.
  2. Çoğu zaman kendimi suÇlu hissediyorum.
  3. Kendimi her zaman suÇlu hissediyorum.
- 6- 0.** Bana cezalandırılmıŐım gibi gelmiyor.
  1. Cezalandırılabilceğimi hissediyorum.
  2. Cezalandırılmayı bekliyorum.
  3. Cezalandırıldığımı hissediyorum.
- 7- 0.** Kendimden memnunum.
  1. Kendi kendimden pek memnun değilim.
  2. Kendime çok kıızıyorum.
  3. Kendimden nefret ediyorum.
- 8- 0.** BaŐkalarından daha kötü olduğumu sanmıyorum.
  1. Zayıf yanların veya hatalarım için kendi kendimi eleŐtiririm.
  2. Hatalarımdan dolayı ve her zaman kendimi kabahatli bulurum.
  3. Her aksilik karŐısında kendimi hatalı bulurum.
- 9- 0.** Kendimi öldürmek gibi düŐüncelerim yok.
  1. Zaman zaman kendimi öldürmeyi düŐündüđüm olur. Fakat yapmıyorum.
  2. Kendimi öldürmek isterdim.
  3. Fırsatını bulsam kendimi öldürürdüm.
- 10- 0.** Her zamankinden fazla içimden ağlamak gelmiyor.
  1. Zaman zaman içinden ağlamak geliyor.
  2. Çoğu zaman ağlıyorum.
  3. Eskiden ağlayabilirdim Şimdi istesem de ağlayamıyorum.
- 11- 0.** Şimdi her zaman olduğumdan daha sinirli değilim.
  1. Eskisine kıyasla daha kolay kıızıyor ya da sinirleniyorum.
  2. Şimdi hep sinirliyim.
  3. Bir zamanlar beni sinirlendiren Şeyler Şimdi hiÇ sinirlendirmiyor.
- 12- 0.** Başkaları ile görüşmek, konuşmak isteğimi kaybetmedim.
  1. Başkaları ile eskiden daha az konuşmak, görüşmek istiyorum.
  2. Başkaları ile konuŐma ve görüŐme isteğimi kaybetmedim.

3. Hiç kimseyle konuşmak görüşmek istemiyorum.

**13-** 0. Eskiden olduğu gibi kolay karar verebiliyorum.

1. Eskiden olduğu kadar kolay karar veremiyorum.
2. Karar verirken eskisine kıyasla çok güçlük çekiyorum.
3. Artık hiç karar veremiyorum.

**14-** 0. Aynada kendime baktığımda değişiklik görmüyorum.

1. Daha yaşlanmış ve çirkinleşmişim gibi geliyor.
2. Görünüşümün çok değiştiğini ve çirkinleştiğimi hissediyorum.
3. Kendimi çok çirkin buluyorum.

**15-** 0. Eskisi kadar iyi çalışabiliyorum.

1. Bir şeyler yapabilmek için gayret göstermem gerekiyor.
2. Herhangi bir şeyi yapabilmek için kendimi çok zorlamam gerekiyor.
3. Hiçbir şey yapamıyorum.

**16-** 0. Her zamanki gibi iyi uyuyabiliyorum.

1. Eskiden olduğu gibi iyi uyuyamıyorum.
2. Her zamankinden 1-2 saat daha erken uyanıyorum ve tekrar uyuyamıyorum.
3. Her zamankinden çok daha erken uyanıyor ve tekrar uyuyamıyorum.

**17-** 0. Her zamankinden daha çabuk yorulmuyorum.

1. Her zamankinden daha çabuk yoruluyorum.
2. Yaptığım her şey beni yoruyor.
3. Kendimi hemen hiçbir şey yapamayacak kadar yorgun hissediyorum.

**18-** 0. İştahım her zamanki gibi.

1. İştahım her zamanki kadar iyi değil.
2. İştahım çok azaldı.
3. Artık hiç iştahım yok.

**19-** 0. Son zamanlarda kilo vermedim.

1. İki kilodan fazla kilo verdim.
2. Dört kilodan fazla kilo verdim.
3. Altı kilodan fazla kilo vermeye çalışıyorum.

**20-** 0. Sağlığım beni fazla endişelendirmiyor.

1. Ağrı, sancı, mide bozukluğu veya kabızlık gibi rahatsızlıklar beni endişelendirmiyor.
2. Sağlığım beni endişelendirdiği için başka şeyleri düşünmek zorlaşıyor.
3. Sağlığım hakkında o kadar endişeliyim ki başka hiçbir şey düşünemiyorum.

**21- 0.** Son zamanlarda cinsel konulara olan ilgimde bir değişme fark etmedim.

1. Cinsel konularla eskisinden daha az ilgiliyim.
2. Cinsel konularla Şimdi çok daha az ilgiliyim.
3. Cinsel konular olan ilgimi tamamen kaybettim.



### **EK-3 İlişki Ölçekleri Anketi**

Araştırmaya katılan öğrencilerin bağlanma stillerini belirleyebilmek amacıyla kullanılan İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA), Griffin ve Bartholomew (1994) tarafından geliştirilmiş olup, 30 maddeden oluşmaktadır. İlişki Ölçekleri Anketi (İÖA)'ni Türkçe' ye N. Sümer ve D. Güngör (1999) uyarlamıştır. Ölçeğin Türkçe'ye çevrilmesinde çeviri – tekrar çeviri yöntemi kullanılmıştır (Sümer ve Güngör, 1999). Sümer ve Güngör'ün (1999) Türk örneklemini üzerinde yaptığı geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında İlişki Ölçekleri Anketinin psikometrik özellikleri incelenmiştir. Anketin alt ölçeklerine ait iç tutarlılık katsayıları .27 ve .61 arasında değişmektedir.

Test tekrar test korelasyonu ise .54 ile .78 arasındadır. Katılımcıların kendilerini ve birlikteliklerini ne derecede tanımladıklarını 1 ve 7 arası puan vererek değerlendirmektedirler. Her bir bağlanma stiline ait maddelerden alınan puanların ortalaması alındığında elde edilen en yüksek puan bireyin bağlanma stilini vermektedir (Şar ve ark., 2012). Ölçeğin mevcut çalışmadaki iç tutarlılık katsayısı puanları .30 ile .76 arası değişmektedir.

Aşağıda yakın duygusal ilişkilerinizde kendinizi nasıl hissettiğinize ilişkin çeşitli ifadeler yer almaktadır. Yakın duygusal ilişkililerden kastedilen arkadaşlık, dostluk, romantik ilişkiler ve benzerleridir. Lütfen her bir ifadeyi bu tür ilişkilerinizi düşünerek okuyun ve her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki 7 aralıklı ölçek üzerinde değerlendiriniz.

1-----2-----3-----4-----5-----6-----7

Beni Hiç Beni kısmen Tamamıyla Beni Tanımlamıyor Tanımlıyor Çok Tanımlıyor

	1	2	3	4	5	6	7
1.Baskalarına kolaylıkla güvenemem.							
2.Kendimi bağımsız hissetmem benim için çok önemli.							
3.Baskalarıyla kolaylıkla duygusal yakınlık kurarım.							
4.Baskalarıyla çok yakınlığımsam incitileceğimden korkuyorum.							
5.Baskalarıyla yakın duygusal ilişkilerim olmadığı sürece oldukça rahatım.							
6.Baskalarıyla tam anlamıyla duygusal yakınlık istiyorum.							
7.Yalnız kalmaktan korkarım.							
8.Baskalarına rahatlıkla güveni bağlanabilirim.							
9.Baskalarına tamamıyla güvenmekte zorlanırım.							
10.Baskalarının bana dayanıp bel bağlaması konusunda oldukça rahatımdır.							
11.Baskalarının bana, benim onlara verdiğim kadar değer vermediginden kaygılanırım.							
12.Kendi kendime yettğimi hissetmem benim için çok önemli.							
13.Baskalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
14.Baskalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder.							
15.Baskalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta gönülsüz olduklarını düşünüyorum							
16.Baskalarına bağlanmamayı tercih ederim.							
17.Baskaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.							
18. Başkalarıyla tam olarak kaynaşıp bütünleşme arzum bazen onları ürkütüp benden uzaklaştırıyor.							
19. Kendi kendime yettğimi hissetmem benim için çok önemli.							
20. Birisi bana çok fazla yakınlığında rahatsızlık duyarım.							
21. Romantik ilişkide olduğum insanların benimle kalmak istemeyeceklerinden korkarım.							
22. Başkalarının bana bağlanmamalarını tercih ederim.							
23. Terk edilmekten korkarım.							
24. Başkalarıyla yakın olmak beni rahatsız eder							
25. Başkalarının bana, benim istediğim kadar yakınlaşmakta							

gönülsüz olduklarını düşünüyorum.								
26. Başkalarına bağlanmamayı tercih ederim.								
27. İhtiyacım olduğunda insanları yanımda bulacağımı biliyorum.								
28. Başkaları beni kabul etmeyecek diye korkarım.								
29. Romantik ilişkide olduğum insanlar, genellikle onlarla, benim kendimi rahat hissettiğimden daha yakın olmamı isterler.								
30. Başkalarıyla yakınlaşmayı nispeten kolay bulurum.								



#### **EK-4 Çok Boyutlu İlişki Ölçeği (ÇBİÖ)**

Çok Boyutlu İlişki Ölçeği (ÇBİÖ), yakın ilişkilerle ilgili çeşitli psikolojik eğilimleri ölçmek amacıyla Snell, Schicke ve Arbeiter (2002) tarafından geliştirilmiş olan Çok Boyutlu İlişki Ölçeği (ÇBİÖ)'nün Türk kültürüne uyarlanmasıdır. Ayda Büyüksahin tarafından yapılmıştır. Çok Boyutlu İlişki Ölçeği iç tutarlılık güvenilirlik Cronbach alfa katsayısı .81'dir. Test tekrar test güvenilirliği .80 değerindedir. Çok Boyutlu İlişki Ölçeği alt ölçeklerinin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları .73 ile .91 arasında değişmektedir. Test tekrar test güvenilirlik katsayıları .63 ile .86 arasında değişmektedir.

İkili ilişki için kullanacağımız Çok boyutlu ilişki ölçeğinin alt boyutları: İlişkiye Yüksek düzeyde odaklanma, ilişki doyumu, ilişki korkusu-kaygısı, ilişki izlenimi ayarlama, ilişkide kendine güven, dışsal ilişki kontrolü, ilişki girişkenliği ve içsel ilişki kontrolü şeklindedir.

Aşağıdaki ifadeleri şuan da içinde bulunduğunuz ilişkiyi düşünerek cevaplayınız. 1= Benim için hiç uygun değil. 2=Benim için çok az uygun. 3= Benim için biraz uygun. 4=Benim için oldukça uygun. 5=Benim için çok uygun.

	Hiç	Az	Biraz	Oldukça uygun	Çok
1. Yakın ilişkilerde bir partner olarak kendime güvenirim.	1	2	3	4	5
2. Sürekli yakın ilişkiler üzerine düşünürüm.	1	2	3	4	5
3. Yakın ilişkilerimle ilgili çok fazla düşünürüm.	1	2	3	4	5
4. Yakın bir ilişki içinde olma isteğim/güdümlerim çok fazla.	1	2	3	4	5
5. Yakın ilişkiler kendimi sinirli ve kaygılı hissetmeme neden olur.	1	2	3	4	5
6. Yakın ilişkilerimle ilgili kendimi depresif /çökkün hissederim.	1	2	3	4	5
7. Yakın ilişkilerim çoğunlukla şansa bağlı/ tesadüfi olaylarla gelişmiştir.	1	2	3	4	5
8. Başkalarının yakın ilişkilerim konusunda ne düşündüğüne aşırı önem veririm.	1	2	3	4	5
9. Birisiyle yakın ilişkiye girmek beni biraz ürkütür.	1	2	3	4	5
10. Yakın ilişkiyle ilgili gereksinimlerimin şu anki karşılanma biçiminden memnunum.	1	2	3	4	5

11. Yakın bir ilişkide iyi bir partner olduğumu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
12. Yakın ilişkileri, başka her şeyden daha çok düşünürüm.	1	2	3	4	5
13. Yakın ilişkilerimde, kendi davranışlarım çoğunlukla belirleyici bir rol oynar.	1	2	3	4	5
14. Yakın ilişkilerim konusunda düşünmeye genellikle zaman ayırırım.	1	2	3	4	5
15. Yakın bir ilişkiye zaman ve emek vermek konusunda çok istekliyim/güdülüyüm.	1	2	3	4	5
16. Yakın ilişkilerde biraz acemi ve gerginimdir.	1	2	3	4	5
17. Yakın ilişkilerimde, tercihlerimi doğrudan dile getiririm.	1	2	3	4	5
18. Yakın ilişkilerim konusunda kendimi mutsuz hissediyorum.	1	2	3	4	5
19. Yakın ilişkilerimin başkalarına nasıl görüldüğüne /sunulduğuna aşırı önem veririm.	1	2	3	4	5
20. Bazen yakın ilişkilerden korkarım.	1	2	3	4	5
21. Yakın ilişkilerimden çok memnunum/doyum alıyorum.	1	2	3	4	5
22. Yakın ilişkilerde pek çok insana göre daha iyiyimdir.	1	2	3	4	5
23. Yakın ilişkiler zihnimi meşgul eder.	1	2	3	4	5
24. Yakın ilişkilerimde kontrol daha çok benim elimdedir.	1	2	3	4	5
25. Yakın bir ilişki içinde olmayı çok arzu ediyorum.	1	2	3	4	5
26. Karşı cinsten biriyle duygusal bir yakınlık/etkileşim kurmak bende gerginlik yaratır.	1	2	3	4	5
27. Yakın ilişkilerde isteklerimi dile getirmede biraz pasifimdir.	1	2	3	4	5
28. Yakın ilişkilerim konusunda cesaretimin kırıldığını hissediyorum.	1	2	3	4	5
29. Yakın ilişkilerim üzerinde şansın büyük etkisi vardır.	1	2	3	4	5
30. Yakın ilişkilerimin başkaları üzerinde bıraktığı izlenim konusunda sıklıkla endişe duyarım.	1	2	3	4	5
31. Zaman zaman, birisiyle yakın bir ilişkiye girmekten korkarım.	1	2	3	4	5
32. Yakın ilişkilerim temel beklentilerimi karşılıyor.	1	2	3	4	5
33. Kendimi yakın bir ilişki için oldukça tercih edilen bir partner olarak değerlendiririm.	1	2	3	4	5
34. Sürekli olarak yakın bir ilişki içinde olmayı düşünürüm.	1	2	3	4	5
35. Yakın ilişkilerimi etkileyen temel şey benim kendi yaptıklarımıdır.	1	2	3	4	5
36. Yakın bir ilişki içinde olmak benim için çok önemlidir.	1	2	3	4	5



37. Yakın ilişkilerde birçok insana göre daha kaygılıyım.	1	2	3	4	5
38. Yakın bir ilişkide isteklerimi dile getirmekten çekinmem.	1	2	3	4	5
39. Yakın ilişkilerim konusunda kendimi hayal kırıklığına uğramış hissediyorum.	1	2	3	4	5
40. Yakın ilişkilerimin büyük oranda şans (iyi ya da kötü anlamda) meselesi olduğuna inanıyorum.	1	2	3	4	5
41. Genellikle başkalarının yakın ilişkilerime yönelik verdikleri tepkilere duyarlıyım.	1	2	3	4	5
42. Yakın bir ilişki içinde olmak beni fazla korkutmaz.	1	2	3	4	5
43. Yakın ilişkilerim, diğer pek çok ilişki ile karşılaştırıldığında, çok daha iyidir.	1	2	3	4	5
44. Yakın bir ilişki içinde kendime oldukça güvenirim.	1	2	3	4	5
45. Zamanımın büyük bir bölümünü yakın ilişkileri düşünerek geçiririm.	1	2	3	4	5
46. Yakın ilişkilerim benim sorumluluğum ve kontrolüm altındadır.	1	2	3	4	5
47. Yakın bir ilişki içinde olup, bunu sürdürmeyi çok isterim.	1	2	3	4	5
48. Yakın bir ilişki içinde kendimi tutuk ve utangaç hissedirim.	1	2	3	4	5
49. Yakın ilişkiler söz konusu olduğunda, isteklerimi genellikle ifade ederim.	1	2	3	4	5
50. Yakın ilişkilerimi düşündüğümde üzülüyorum.	1	2	3	4	5
51. Yakın ilişkilerimin gerçekten de bir kader/kismet işi olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
52. Başkalarının yakın ilişkiime nasıl tepki verdiklerine/vereceklerine dikkat ederim.	1	2	3	4	5
53. Yaşamımın yakın ilişkiler yönü, benim için çok doyurucudur.	1	2	3	4	5

## ÖZGEÇMİŞ

### ÖĞRENİM DURUMU:

**Lisans** : 2019, Bakı Devlet Üniversitesi mezunu, Sosyal Bilimler ve Psikoloji Fakültesi, Psikoloji

**Yüksek Lisans** : 2021, İstanbul Gedik Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı, Klinik Psikoloji Programı

### MESLEKİ DENEYİM VE EĞİTİMLER:

Narmin Atakhanlı, lisans eğitimini Bakü Devlet Üniversitesinde psikoloji ingilizce bölümünde tamamlamıştır. Lisans eğitimi süresince 2018-2019 güz dönemi “Eğitimde Gelişim ve İnnovasyonlar” grand programında gönüllü psikolog ve 2019 bahar döneminde Psikoloji Elmi-Araştırma Enstitüsünde zorunlu staj dönemini tamamlamıştır. 2019-2020 güz yarıyılında İstanbul Gedik Üniversitesi, Yüksek Lisans Klinik Psikoloji Bölümüne başlamıştır. Yüksek lisans eğitimi boyunca İleri Araştırma Yöntemleri dersi kapsamında “Türkiye ve Azerbaycan son sınıf üniversite öğrencileri arasında mezuniyet kaygısı” konusunda araştırma yapmış, Samsun üniversitesi SAMÜSEM’den çocuk merkezli oyun terapisi uygulayıcı eğitimini, Sarı Psikolojik Danışmanlık Merkezinde “Savaş nedeniyle düzenlenen Uluslararası Travma Sempozyum”na katılarak katılımcı belgesini almaya hak kazanmıştır. Yüksek lisans eğitimi sürecinde Kartal Belediyesi Kadın Danışmanlık Merkezinde Birim’ inde Süpervizör Dr. Emine Umut Yıldız Tanyeri desteği ile kadın ve çocuk bireylerle psikolojik destek vermek üzere stajını tamamlamıştır. 2020 yılında Bakü Narkolojik Merkezi’nde madde kullanım bozukluğu danışanlarına ilkin psikolojik değerlendirme yaparak, madde kullanımını üzerine deneyim kazanmıştır. 2021 yılında Birleşik Milletler Teşkilatının Gelişim Programı (UNDP) projesinde yer alarak Azerbaycanda savaş sonrası qazilere ve şehit ailelerine psikolojik destek göstermiştir. Aynı yılda paralel olarak Birleşik Milletler Teşkilatının ve Azerbaycan Kapoevra Federasyonunun birlikte oluşturulan projesinde gönüllü olarak savaş sonrası gençlere ve çocuklara psikolojik destek göstermiştir.